

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI**  
**PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM YUSPOENI**  
**KECAMATAN KLIRONG KABUPATEN KEBUMEN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan**  
**Diploma III Kebidanan**



**Disusun Oleh:**

**AISYAH SUKMA KURNIA WARDHANI**  
**B1401145**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**  
**MUHAMMADIYAH GOMBONG**  
**TAHUN 2017**

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI**  
**PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM YUSPOENI**  
**KECAMATAN KLIRONG KABUPATEN KEBUMEN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan**  
**Diploma III Kebidanan**



**Disusun Oleh:**

**AISYAH SUKMA KURNIA WARDHANI**  
**B1401145**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**  
**MUHAMMADIYAH GOMBONG**  
**TAHUN 2017**

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH  
PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI  
PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM YUSPOENI  
KECAMATAN KLIRONG KABUPATEN KEBUMEN

Disusun Oleh:  
**AISYAH SUKMA KURNIA WARDHANI**  
**B1401145**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti  
Ujian Karya Tulis Ilmiah

Oleh:

Pembimbing : Juni Sofiana, S.ST., M.Keb  
Tanggal : 17.12.2017

Tanda Tangan : 

Mengetahui,  
Ketua Program Studi DIII Kebidanan

  
  
(Eka Noxyriana, S.ST., M.P.H)

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH  
PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI  
PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM YUSPOENI  
KECAMATAN KLIRONG KABUPATEN KEBUMEN

yang dipersiapkan dan disusun oleh:  
AISYAH SUKMA KURNIA WARDHANI  
B1401145

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal ...17/7/2017.....

Penguji:

1. Lutfia Uli N., S.ST., M.Kes

(.....)

2. Juni Sofiana, S.ST., M.Keb

(.....)

Mengetahui,  
Ketua Program Studi DIII Kebidanan

  
(Eka Novyriana, S.ST., M.P.H)

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kebumen, Juni 2017

Tanda tangan,



Aisyah Sukma Kurnia Wardhani



## KARYA TULIS ILMIAH

### PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM YUSPOENI KECAMATAN KLIRONG KABUPATEN KEBUMEN<sup>1</sup> Aisyah Sukma Kurnia Wardhani<sup>2</sup>, Juni Sofiana<sup>3</sup>

#### INTISARI

**Latar Belakang:** Prevalensi ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah di berbagai daerah di Indonesia mencapai 60-80%. Salah satu cara untuk menangani masalah ini adalah dengan menggunakan metode non farmakologis. *Effleurage massage* adalah bentuk metode non farmakologis. Metode ini menggunakan telapak tangan dengan memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. Namun, banyak ibu hamil yang belum mengetahui penanganan nyeri punggung bawah dengan metode ini.

**Tujuan:** Menerapkan *effleurage massage* untuk mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III, mengetahui skala nyeri sebelum dan setelah penerapan, juga efektivitas *effleurage massage*.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik, dengan mendeskripsikan fakta-fakta dari pengkajian yang didapatkan dari wawancara dan observasi secara langsung, dengan melibatkan 3 partisipan selama 14 hari yang dilakukan pada bulan Maret-April 2017.

**Hasil:** Setelah dilakukan *effleurage massage* pada 3 partisipan, selama 15 menit sebanyak 7 kali, terjadi perubahan pada partisipan tersebut. Partisipan 1 mengalami perubahan dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Partisipan 2 mengalami perubahan dari nyeri ringan menjadi tidak nyeri. Partisipan 3 mengalami perubahan dari nyeri ringan menjadi tidak nyeri.

**Kesimpulan:** *Effleurage massage* efektif untuk mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di BPM Yuspoeni, Klirong, Kebumen.

Kata Kunci : ibu hamil, nyeri punggung bawah, *effleurage massage*

Kepustakaan : 44 (2006-2017)

Jumlah Halaman : xi + 55 halaman + 15 lampiran

---

<sup>1</sup> Judul

<sup>2</sup> Mahasiswi Program Studi Diploma III Kebidanan

<sup>3</sup> Dosen STIKes Muhammadiyah Gombang

## SCIENTIFIC PAPER

### THE APPLICATION OF EFFLEURAGE MASSAGE TO REDUCE THE LOWER BACK PAIN OF TRIMESTER III PREGNANT MOTHER AT YUSPOENI MIDWIFERY CLINIC, KLIRONG, KEBUMEN<sup>1</sup> Aisyah Sukma Kurnia Wardhani<sup>2</sup>, Juni Sofiana<sup>3</sup>

#### ABSTRACT

**Background:** Prevalency of a pregnant mother having lower back pain during pregnancy in Indonesia reaches 60-80%. One of the ways to handle this problem is by using non-pharmacological methods. Effleurage massage is a non-pharmacological method. This is done by applying gentle pressure to the surface of the body repeatedly to reduce lower back pain. Many pregnant mothers, however, do not know much about how to handle their lower back pain by applying this method.

**Objective:** To provide a care by applying effleurage massage, to know the scale of pain before and after the application, and also to know the effectiveness of effleurage massage.

**Method:** This research uses analytic descriptive methods, by describing facts taken from interview and observation involving 3 participants in 14 days conducted in March-April 2017.

**Result:** After being given effleurage massage to 3 participants for 15 minutes – 7 times, there is a change of pain on the participants. Participant 1 having a change from moderate to mild pain. Participant 2 having a change from mild to no pain. Participant 3 having a change from mild to no pain.

**Conclusion:** Effleurage massage is effective to reduce lower back pain of trimester III pregnant mother in Yuspoeni Midwifery Clinic, Klirong, Kebumen.

Keywords : pregnant mother, lower back pain, effleurage massage  
Literature : 44 (2006-2017)  
Number of pages : xi + 55 pages + 15 appendices

---

<sup>1</sup> Title

<sup>2</sup> Student of Diploma III Program of Midwifery Dept

<sup>3</sup> Lecturer on Muhammadiyah Institute of Health Science of Gombong

## KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. karena atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul “Penerapan *Effleurage Massage* Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III di BPM Yuspoeni Kecamatan Klirong Kabupaten Kebumen”. Penulisan laporan ini bertujuan sebagai syarat memperoleh derajat gelar Diploma III Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.

Dalam penulisan laporan ini penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak laporan ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Herniyatun, M.Kep.Sp.Mat., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
2. Eka Novyriana, S.S.T., M.P.H., selaku Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
3. Lutfia Uli N., S.S.T., M.Kes., selaku penguji I yang telah bersedia berbagi pengetahuan dan mendukung serta mengarahkan penulis dalam penulisan laporan KTI ini.
4. Juni Sofiana, S.S.T., M.Keb., selaku penguji II yang telah bersedia berbagi pengetahuan dan mendukung serta mengarahkan penulis dari awal sampai akhir penyusunan laporan KTI ini.
5. Orang tua, keluarga, dan teman-teman yang telah memberi dukungan, motivasi, serta doa yang tidak henti-hentinya untuk mendoakan penulis.

Semua pihak yang telah membantu menyusun laporan ini, sehingga laporan ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis menyadari laporan ini masih belum sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan laporan ini dan dapat bermanfaat bagi pembaca.

Kebumen, Juni 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
INTISARI .....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan .....	5
C. Manfaat .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Teori.....	8
B. Kerangka Teori.....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Partisipan.....	30
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	31
D. Instrumen.....	31
<b>BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL, DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Manajemen Kasus .....	35
B. Hasil .....	43
C. Pembahasan.....	47
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	54
B. Saran.....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skala Nyeri Sebelum Dilakukan <i>Effleurage Massage</i> .....	44
Tabel 2. Skala Nyeri Setelah Dilakukan <i>Effleurage Massage</i> .....	45
Tabel 3. Penurunan Skala Nyeri Sebelum dan Setelah Dilakukan <i>Effleurage Massage</i> .....	46



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skala Pendeskripsi Verbal atau <i>Verbal Descriptor Scale</i> (VDS) .....	19
Gambar 2. Skala Intensitas Nyeri Numerik atau <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS)	20
Gambar 3. Skala Analog Visual atau <i>Visual Analog Scale</i> (VAS).....	21
Gambar 4. Skala Wajah atau <i>Wong-Baker Face Pain Rating Scale</i> .....	21
Gambar 5. <i>Effleurage Massage</i> Menggunakan Dua Tangan Membentuk Pola Seperti Kupu-Kupu .....	25
Gambar 6. <i>Effleurage Massage</i> Menggunakan Dua Tangan Membentuk Pola Seperti Dua Buah Lingkaran Kecil .....	26
Gambar 7. Kerangka Teori.....	28
Gambar 8. Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA).....	31



## Daftar Lampiran

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 3 SOP *Effleurage Massage*
- Lampiran 4 Lembar Observasi Penerapan *Effleurage Massage* Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM Yuspoeni Kabupaten Kebumen Tahun 2017
- Lampiran 5 Dokumentasi Penerapan Asuhan
- Lampiran 6 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Proses kehamilan diawali dari masa konsepsi yang sering didefinisikan sebagai persatuan antara sebuah telur dan sperma, yang menandai awalnya suatu kehamilan, dan peristiwa ini bukan merupakan hal yang terpisah tetapi merupakan peristiwa rangkaian kejadian yang mengelilinginya (Fauziah & Sutejo, 2012). Kehamilan adalah fase teristimewa dalam kehidupan seorang wanita. Ada rasa bangga karena ia merasa telah menjadi wanita yang sempurna dengan memiliki anak nantinya. Ada yang bisa melewatinya dengan ceria hingga melahirkan, tetapi juga tak jarang banyak yang mengalami keluhan sepanjang kehamilannya (Yohana, 2011).

Menurut Kusbandiyah (2010), kehamilan dibagi menjadi tiga yaitu trimester pertama (0-12 minggu), trimester kedua (12-28 minggu), trimester ketiga (28-40 minggu). Kehamilan trimester III yakni kehamilan dengan umur kehamilan antara 28 sampai 40 minggu (Mansjoer, 2008). Kehamilan trimester III merupakan waktu untuk menyiapkan kelahiran dan kedudukan sebagai orangtua seperti terpusatnya perhatian pada kehadiran bayi, sehingga disebut sebagai periode penantian (Kusmiyati, 2009).

Selama masa kehamilan ibu hamil mengalami perubahan fisik dan psikologis yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan terutama pada trimester III

seperti dispnea, insomnia, gingivitis dan epulsi, sering berkemih, tekanan dan ketidaknyamanan pada perineum, nyeri punggung bawah (NPB) atau *low back pain* (LBP), konstipasi, varises, mudah lelah, kontraksi *Braxton hicks*, kram kaki, oedema pergelangan kaki (non pitting), dan perubahan mood serta peningkatan kecemasan (Bobak, 2012).

Perut yang bertambah besar akan membuat ibu hamil kehilangan keseimbangannya. Akibat dari hal-hal tersebut, ibu hamil akan menarik punggung ke arah belakang dan melengkungkan leher. Dari posisi tubuh yang semacam ini akan menyebabkan punggung bagian bawah melengkung, sedangkan otot-otot punggung akan tertarik sehingga timbul rasa nyeri (Pujiningsih, 2010). Sekitar 80% wanita akan mengalami nyeri punggung di beberapa titik selama kehamilan. Kebanyakan sakit pada punggung selama kehamilan terjadi akibat perubahan otot tulang punggung yaitu sebanyak 70%. Tanpa otot punggung yang kuat, luka pada ligamental akan semakin parah sehingga postur memburuk, selebihnya atau 30% dari sakit punggung selama kehamilan bisa jadi disebabkan ketidakberesan pada kondisi tulang belakang yang terjadi sebelumnya (Lee, 2012).

Tingkat prevalensi yang tinggi pada nyeri punggung bawah selama kehamilan dilaporkan terjadi di Eropa, Amerika, Australia, China, termasuk wilayah pegunungan daerah pedesaan Taiwan dan Afrika serta di antara perempuan kelas atas di Nigeria (Kristiansson, 2015). Hasil penelitian yang dilakukan di Amerika Latin menunjukkan adanya peningkatan angka kejadian nyeri punggung bawah yang signifikan selama 14 tahun terakhir dari 3,9% pada tahun 1992 sampai 10,2% pada tahun 2006 (Garcia, 2013).

Menurut penelitian Apriliyani Mafikasari dan Ratih Indah Kartikasari (2015), prevalensi ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah di berbagai daerah Indonesia mencapai 60-80%. Sementara di Jawa Tengah sendiri, walaupun data epidemiologik mengenai nyeri punggung bawah belum ada, namun diperkirakan angka kejadian nyeri punggung bawah sebesar 40% (Meliawan, 2009). Berdasarkan hasil penelitian Ariyanti (2012), didapatkan bahwa sebesar 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan. Berdasarkan data yang diperoleh di Puskesmas Pesantren I Kota Kediri, menunjukkan bahwa 10 dari 13 ibu hamil memiliki keluhan nyeri punggung bawah. Data 10 responden ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah di Puskesmas Pesantren I Kota Kediri didapatkan sebesar 30% mengalami nyeri ringan, 40% mengalami nyeri sedang, dan 30% mengalami nyeri berat.

Kemungkinan seorang ibu hamil mengalami keluhan nyeri punggung semakin besar jika pernah mengalami nyeri punggung sebelum hamil, riwayat nyeri punggung pada kehamilan sebelumnya, usia ibu hamil yang tua, dan seringnya persalinan terjadi (Kusuma, 2012). Jika nyeri punggung saat hamil tidak diatasi ini bisa mengakibatkan sakit punggung kronis, yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan (Lee, 2012). Nyeri punggung yang tidak segera diatasi, bisa mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pasca partum, dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan (Fraser, 2009). Nyeri punggung

bawah dapat menimbulkan dampak negatif pada kualitas hidup ibu hamil karena terganggunya aktifitas fisik sehari-hari (Katonis, 2011).

Menurut Amazine (2017), beberapa cara untuk mengurangi intensitas dan frekuensi nyeri punggung bawah antara lain minum, hindari membungkuk dan mengangkat beban berat, istirahat, gunakan sabuk penopang, hindari pemakaian *high heels*, bangun secara perlahan, duduk di kursi yang bisa menopang punggung dan tempatkan bantal kecil di belakang punggung bawah, olahraga, serta kompres hangat dan *massage*.

*Massage* merupakan metode non farmakologis yang memberikan tindakan penekanan oleh tangan pada jaringan lunak, biasanya pada otot, tendon atau ligamen, tanpa menyebabkan pergeseran/perubahan posisi sendi guna menurunkan nyeri, menghasilkan relaksasi, dan meningkatkan sirkulasi (Henderson, 2006). Beberapa macam metode *massage* yang dapat dilakukan untuk merangsang saraf yang berdiameter besar sehingga mengurangi nyeri antara lain *effleurage*, *deep back*, *firm counter pressure*, dan *abdominal lifting* (Gadysa, 2009).

*Effleurage massage* adalah bentuk *massage* dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang (Reeder, 2011). *Massage* ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Effleurage* merupakan *massage* yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat,

tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping, dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Ekowati, 2012).

Tindakan utama *effleurage massage* merupakan aplikasi dari teori *Gate Control* yang dapat “menutup gerbang” untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada sistem saraf pusat. Berdasarkan penelitian Wahyuni (2015), menunjukkan bahwa *effleurage massage* dapat menurunkan nyeri.

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas, maka penulis tertarik untuk memberikan “Penerapan *Effleurage Massage* Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di BPM Yuspoeni Kecamatan Klirong Kabupaten Kebumen”.

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Menerapkan asuhan *effleurage massage* pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah di BPM Yuspoeni Kecamatan Klirong Kabupaten Kebumen.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui skala nyeri pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah sebelum dilakukan *effleurage massage* di BPM Yuspoeni Kecamatan Klirong Kabupaten Kebumen.

- b. Mengetahui skala nyeri pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah setelah dilakukan *effleurage massage* di BPM Yuspoeni Kecamatan Klirong Kabupaten Kebumen.
- c. Mengetahui efektivitas *effleurage massage* terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di BPM Yuspoeni Kecamatan Klirong Kabupaten Kebumen.

### **C. Manfaat**

#### 1. Manfaat Teoritis

##### a. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bagi peneliti khususnya penerapan asuhan *effleurage massage* sebagai salah satu metode alternatif untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah di BPM Yuspoeni Kecamatan Klirong Kabupaten Kebumen.

##### b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan serta pemikiran mengenai efektivitas *effleurage massage* terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

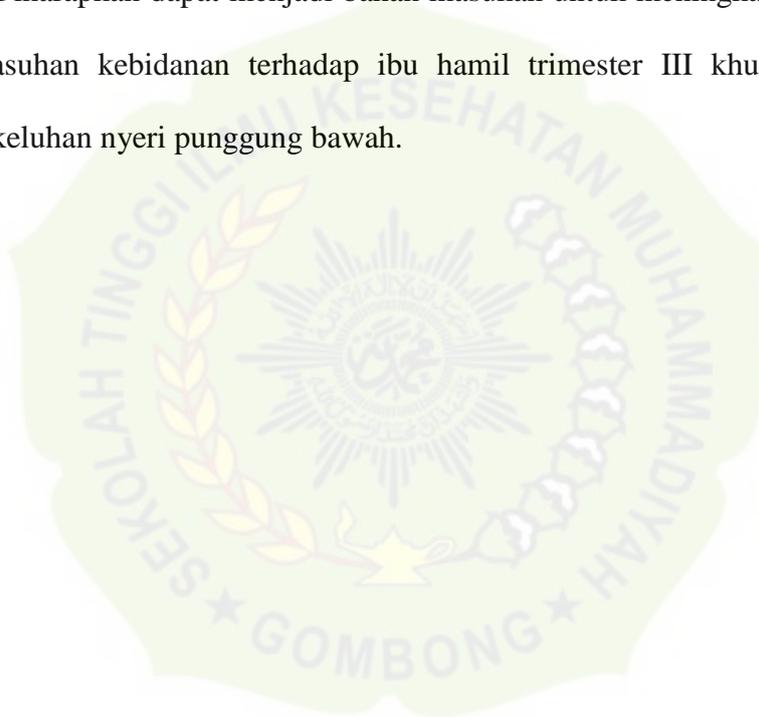
## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat pada umumnya sebagai informasi mengenai penatalaksanaan penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.

### b. Bagi Profesi

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk meningkatkan pelayanan asuhan kebidanan terhadap ibu hamil trimester III khususnya dengan keluhan nyeri punggung bawah.



## DAFTAR PUSTAKA

- Amazine. (2017). *7 Penyebab & Penanganan Back Pain Pada Awal Masa Kehamilan*. (<http://www.amazine.co>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik: Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bobak, I. M., Lowdermilk, D. L., Jensen, M. D., Perry, S. E. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. 4th ed. Jakarta: EGC.
- Ekowati, R., Wahjuni, E.S., Alifa, A. (2012). *Efek Teknik Masase Effleurage Pada Abdomen Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Disminore Primer Mahasiswi PSIK FKUB Malang*. Poltekkes Malang. (<https://www.portalgaruda.org>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Fatmawati, V. (2013). *Penurunan Nyeri dan Disabilitas Dengan Integrated Neuromuscular Inhibition Techniques (Init) dan Massage Effleurage Pada Myofascial Trigger Point Syndrome Otot Trapezius Bagian Atas*. Sport and Fitness Journal Volume 1, No. 1: 60-71, Juni 2013. (<http://ojs.unud.ac.id>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Fauziah dan Sutejo. (2012). *Keperawatan Maternitas Kehamilan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Fraser, Diane, M., Cooper, M. A. (2009). *Buku Ajar Bidan Myles*. Jakarta: EGC.
- Gadysa, G. (2009). *Persepsi Ibu Tentang metode message* (<http://luluvikar.wordpress.com>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Garcia, et al. (2013). *Effectiveness of Back School Versus Mc. Kenzie Exercises in Patient With Chronic Nonspecific Low Back Pain: A Randomized Controlled Trial*. Brazil: Universidade Cidade De Sao Paulo. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Guyton, A.C., Hall, J.E. (2006). *Textbook of Medical Physiology*. 11th ed. Philadelphia, PA, USA: Elsevier Saunders.

- Hamilton. (2009). *Penatalaksanaan Masalah dan Prosedur Pada Wanita Hamil dan Tidak hamil Dalam: Obstetri dan Ginekologi*. Jakarta: EGC.
- Hartati, Walin, Widayanti, E. D. (2015). *The Impact of Relaxation Effleurage towards Dysmenorrhea Pain*. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Henderson, C., Jones, K. (2006). *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Hidayat, A. A. (2008). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. (2009). *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Johannes. (2010). *Hubungan Antara Postur Tubuh Dengan Terjadinya Nyeri Punggung Bawah Pada Pasien Poliklinik Neurologi di RSUP H. Adam Malik Medan*. Universitas Sumetara Utara. (<http://repository.usu.ac.id>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Judha, M. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Katonis, P., et al. (2011). *Pregnancy-Related Low Back Pain*. Hippokratia Medical Journal, 15(3): 205-210. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Kenneth, C., Myatt, L. (2008). *Prostaglandin and The Reproductive Cycle*. Glob. Libr. Women's Med (ISSN: 1756-2228). (<https://www.researchgate.net>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Kimin, A. (2009). *Kompres Alternatif Pereda Nyeri*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Kristiansson. (2015). *Epidemiology of Back Pain In Pregnancy*. (<http://clinicalgate.com>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Kusbandiyah, M., Ummi, H., Rita, Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Fisiologis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusmiyati, Yuni. (2009). *Perawatan Ibu Hamil*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Kusuma, H. (2012). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan NANDA (North American Nursing Diagnosis Association)*. Yogyakarta: Media Hardy.
- Maemunah. (2009). *Asuhan Kebidanan 2*. Jakarta: CV.Trans Info Media.

- Makfuah, S. (2015). *Standar Operasional Prosedur Effleurage Massage*. (<http://id.scribd.com>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Mansjoer, A. (2008). *Kapita Selekta Kedokteran (Edisi 3)*. Jakarta: Media Aesculap.
- Manuaba, C. (2008). *Gawat-Darurat Obstetri-Ginekologi Sosial Untuk Profesi Bidan*. Jakarta: EGC.
- Maryunani, A. (2010). *Nyeri Dalam Persalinan*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Meliawan, S. (2009). *Diagnosis dan Tatalaksana HNP Lumbal Dalam: Diagnosis dan Tatalaksana Kegawatdaruratan Tulang Belakang*. Jakarta: Sagung Seto.
- Nicola, A. D., et al. (2011). *A Double-Blinded Evaluation of Propacetamol Versus Ketorolac In Combination With Patient-Controlled Analgesia Morphine: Analgesic Efficacy and Tolerability After Gynecologic Surgery*. *Anesth Analg.*; 88: 611–6. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prasetyo, S. N. (2010). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Prince, S. (2006). *Patofisiologi Volume 2 Edisi 6*. Jakarta: EGC.
- Pujiningsih, S. (2010). *Permasalahan Kehamilan yang Sering Terjadi*. Jakarta: Oryza.
- Reeder, Martin, Griffin, K. (2011). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi, dan Keluarga Volume 2 Edisi 18*. Jakarta: ECG.
- Riwidikdo, H. (2013). *Statistik Kesehatan dan Aplikasi SPSS Dalam Prosedur Penelitian*. Yogyakarta: Rohima Press.
- Saifuddin, A. B., Adriaansz, G., Wiknjosastro, G. H. (2013). *Ilmu Kebidanan*. 4th ed. Jakarta: PT. Bina Pustaka.
- Salter, R. B. (2007). *Textbook of Disorders and Injuries of The Musculoskeletal System*. 2nd Ed. Williams & Wilkins. p. 280.
- Tamsuri, A. (2007). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.

- Uliyah, M., Hidayat, A. A. A. (2008). *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Varney, H., Kriebs, M. J., Gegor, C. L. (2008). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. 4th ed. Jakarta: EGC.
- Wahyuni, S., Wahyuningsih, E. (2015). *Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin di RSUD PKU Muhammadiyah Delanggu Klaten 2015*. (<http://www.e-jurnal.com>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Wulandari, P., Nurhiba, P. D. (2015) *Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Pengurangan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang*. (<http://www.e-jurnal.com>). Diakses pada tanggal 17 Februari 2017.
- Yohana. (2011). *Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta: Garda Media.
- Yuni, K. (2009). *Perawatan Ibu Hamil (Asuhan Ibu Hamil)*. Yogyakarta: Fitramaya.

The logo is a circular emblem with a scalloped border. It features a central sunburst with a crescent moon and a star above it. The text "SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH" is written around the top inner edge, and "GOMBONG" is at the bottom. There are decorative elements like a leafy branch on the left and a gear-like shape on the right.

# LAMPIRAN



**INFORMED CONSENT**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny. P  
Umur : 26 tahun  
Alamat : Gadungrejo 3/2, Klirong

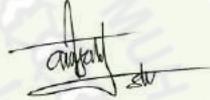
Setelah mendapatkan penjelasan dan mengerti sepenuhnya segala hal-hal yang berkaitan dengan partisipan Karya Tulis Ilmiah (KTI), serta setelah saya sepakati, bersama ini saya menyatakan secara sukarela dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun untuk menjadi partisipan dari:

Nama Mahasiswa : Aisyah Sukma Kurnia Wardhani  
NIM : B1401145  
BPM : Yuspoeni, A. Md. Keb.

Terimakasih atas kerjasama dan ketersediaannya menjadi partisipan Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya.

PARTISIPAN,

MAHASISWA,



( Ny. P )

( Aisyah Sukma )



### INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. M  
Umur : 25 tahun  
Alamat : Kaliwungu 1/4, Klirong

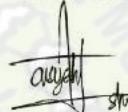
Setelah mendapatkan penjelasan dan mengerti sepenuhnya segala hal-hal yang berkaitan dengan partisipan Karya Tulis Ilmiah (KTI), serta setelah saya sepakati, bersama ini saya menyatakan secara sukarela dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun untuk menjadi partisipan dari:

Nama Mahasiswa : Aisyah Sukma Kurnia Wardhani  
NIM : B1401145  
BPM : Yuspoeni, A. Md. Keb.

Terimakasih atas kerjasama dan ketersediaannya menjadi partisipan Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya.

PARTISIPAN,

MAHASISWA,



( Ny. M )

( Aisyah Sukma )



**INFORMED CONSENT**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. S

Umur : 25 tahun

Alamat : Wotbuono 3/2, Klirong

Setelah mendapatkan penjelasan dan mengerti sepenuhnya segala hal-hal yang berkaitan dengan partisipan Karya Tulis Ilmiah (KTI), serta setelah saya sepakati, bersama ini saya menyatakan secara sukarela dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun untuk menjadi partisipan dari:

Nama Mahasiswa : Aisyah Sukma Kurnia Wardhani

NIM : B1401145

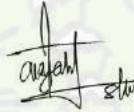
BPM : Yuspoeni, A. Md. Keb.

Terimakasih atas kerjasama dan ketersediaannya menjadi partisipan Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya.

PARTISIPAN,

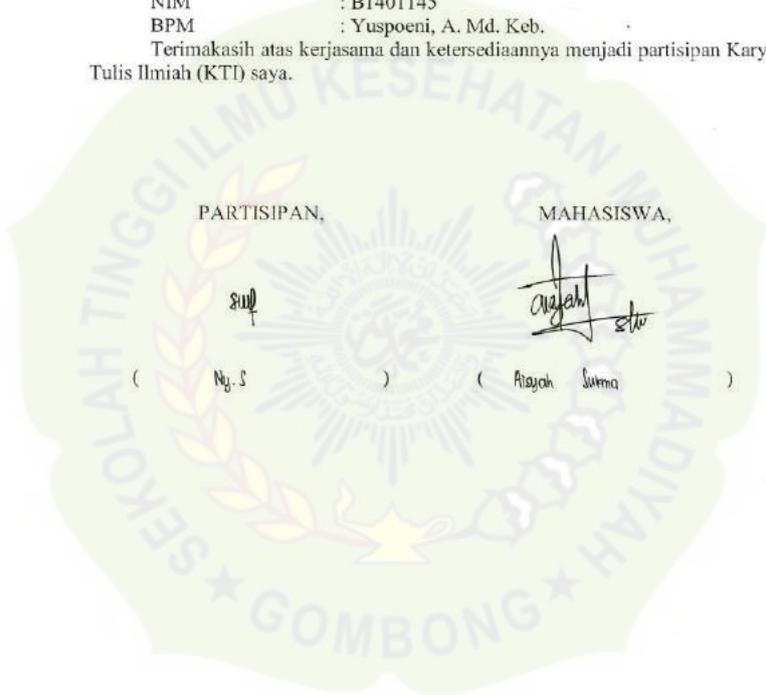
MAHASISWA,





( Ny. S )

( Aisyah Sukma )



## STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR *EFFLEURAGE MASSAGE*

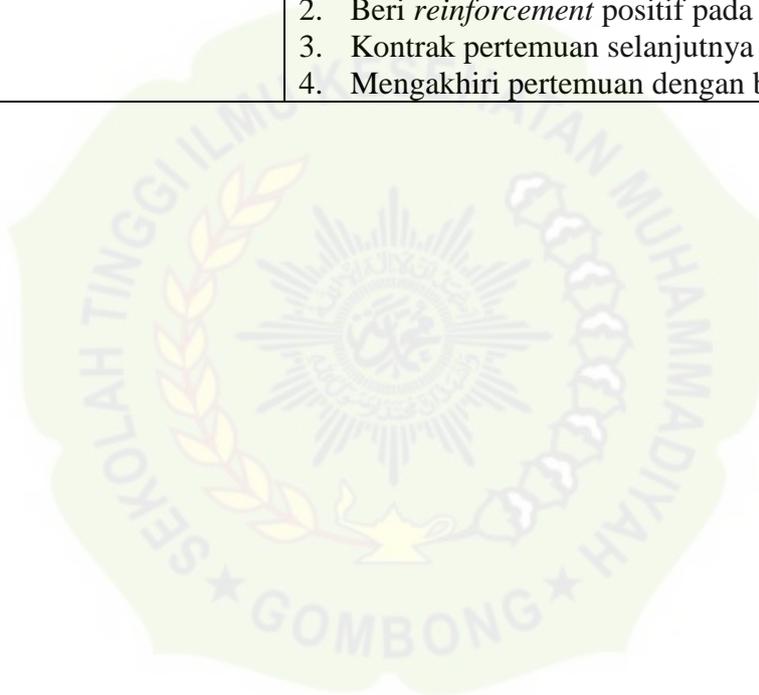
		<b>JUDUL SOP:</b>  <i>EFFLEURAGE MASSAGE</i>
<b>1.</b>	<b>PENGERTIAN</b>	<i>Effleurage Massage</i> adalah teknik pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat proses pemulihan nyeri punggung dengan menggunakan sentuhan tangan pada punggung klien secara perlahan dan lembut untuk menimbulkan efek relaksasi.
<b>2.</b>	<b>TUJUAN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melancarkan sirkulasi darah.</li> <li>2. Menurunkan respon nyeri punggung.</li> <li>3. Menurunkan ketegangan otot.</li> </ol>
<b>3.</b>	<b>INDIKASI</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Klien dengan keluhan kekakuan dan ketegangan otot di punggung.</li> <li>2. Klien dengan gangguan rasa nyaman nyeri punggung pada ibu hamil.</li> </ol>
<b>4.</b>	<b>KONTRA INDIKASI</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Luka pada daerah yang akan dimassage.</li> <li>2. Gangguan atau penyakit kulit.</li> <li>3. Jangan melakukan pemijatan langsung pada daerah tumor.</li> <li>4. Jangan melakukan <i>massage</i> pada daerah yang mengalami ekimosis atau lebam.</li> <li>5. Hindari melakukan <i>massage</i> pada daerah yang mengalami inflamasi.</li> <li>6. Hindari melakukan <i>massage</i> pada daerah yang mengalami tromboplebitis.</li> <li>7. Hati-hati saat melakukan <i>massage</i> pada daerah yang mengalami gangguan sensasi seperti penurunan sensasi maupun hiperanastesia (Tappan &amp; Benjamin, 2014).</li> </ol>
<b>5.</b>	<b>PERSIAPAN KLIEN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berikan salam, perkenalkan diri anda, dan identifikasi klien dengan memeriksa identitas klien dengan cermat.</li> <li>2. Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan, berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien.</li> <li>3. Siapkan peralatan yang diperlukan.</li> <li>4. Atur ventilasi dan sirkulasi udara yang baik.</li> <li>5. Atur posisi klien sehingga merasa aman dan nyaman.</li> </ol>

	<b>JUDUL SOP:</b> <b><i>EFFLEURAGE MASSAGE</i></b>					
<b>6.</b>	<b>PERSIAPAN ALAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Baby oil</i>.</li> <li>2. Tisu.</li> <li>3. Handuk mandi yang besar.</li> <li>4. Handuk kecil.</li> <li>5. Bantal dan guling kecil serta selimut.</li> </ol>				
<b>7.</b>	<b>CARA KERJA</b>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Prosedur</th> <th style="width: 50%;">Rasional</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beri tahu klien bahwa tindakan akan segera dimulai.</li> <li>2. Periksa <i>vital sign</i> klien sebelum memulai <i>effleurage massage</i> pada punggung.</li> <li>3. Posisikan klien dengan posisi miring ke kiri atau duduk untuk mencegah terjadinya hipoksia janin.</li> </ol> </td> <td> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi waktu bagi klien untuk mempersiapkan diri.</li> <li>2. Mengetahui kondisi umum klien.</li> <li>3. Posisi miring kiri dan duduk dapat membantu untuk mencegah terjadinya tekanan pada perut ibu yang bisa menyebabkan hipoksia pada janin dan juga agar klien tidak merasa tertekan dan tetap rileks.</li> </ol> </td> </tr> </tbody> </table>	Prosedur	Rasional	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beri tahu klien bahwa tindakan akan segera dimulai.</li> <li>2. Periksa <i>vital sign</i> klien sebelum memulai <i>effleurage massage</i> pada punggung.</li> <li>3. Posisikan klien dengan posisi miring ke kiri atau duduk untuk mencegah terjadinya hipoksia janin.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi waktu bagi klien untuk mempersiapkan diri.</li> <li>2. Mengetahui kondisi umum klien.</li> <li>3. Posisi miring kiri dan duduk dapat membantu untuk mencegah terjadinya tekanan pada perut ibu yang bisa menyebabkan hipoksia pada janin dan juga agar klien tidak merasa tertekan dan tetap rileks.</li> </ol>
Prosedur	Rasional					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beri tahu klien bahwa tindakan akan segera dimulai.</li> <li>2. Periksa <i>vital sign</i> klien sebelum memulai <i>effleurage massage</i> pada punggung.</li> <li>3. Posisikan klien dengan posisi miring ke kiri atau duduk untuk mencegah terjadinya hipoksia janin.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi waktu bagi klien untuk mempersiapkan diri.</li> <li>2. Mengetahui kondisi umum klien.</li> <li>3. Posisi miring kiri dan duduk dapat membantu untuk mencegah terjadinya tekanan pada perut ibu yang bisa menyebabkan hipoksia pada janin dan juga agar klien tidak merasa tertekan dan tetap rileks.</li> </ol>					

		<b>JUDUL SOP:</b> <b><i>EFFLEURAGE MASSAGE</i></b>	
		<p>4. Instruksikan klien untuk menarik nafas dalam melalui hidung dan mengeluarkan lewat mulut secara perlahan sampai klien merasa rileks.</p> <p>5. Cuci tangan.</p> <p>6. Tuangkan <i>baby oil</i> pada telapak tangan kemudian gosokkan kedua tangan hingga hangat.</p> <p>7. Letakkan kedua tangan pada punggung klien, mulai dengan gerakan mengusap dan bergerak dari bagian bahu menuju sacrum.</p>	<p>4. Nafas dalam dapat membantu untuk mempertahankan kenyamanan klien agar tetap rileks dan dapat mengurangi rasa nyeri.</p> <p>5. Membunuh mikroorganisme.</p> <p>6. <i>Baby oil</i> merupakan pelumasan yang baik untuk <i>massage</i>.</p> <p>7. Gerakan mengusap membantu merangsang pelepasan endorfin untuk mengurangi rasa nyeri dan memberi kenyamanan pada klien.</p>

		<b>JUDUL SOP:</b> <b><i>EFFLEURAGE MASSAGE</i></b>	
		<p>8. Buat gerakan seperti kupu-kupu dengan menggunakan telapak tangan dan melingkar kecil dengan menggunakan ibu jari menuruni area tulang belakang, gerakkan secara perlahan berikan penekanan arahkan penekanan ke bawah sehingga tidak mendorong klien ke depan.</p> <p>9. Usap bagian lumbal.</p> <p>10. Bersihkan sisa minyak pada punggung klien dengan handuk.</p> <p>11. Rapikan klien ke posisi semula.</p> <p>12. Beritahu bahwa tindakan telah selesai.</p>	<p>8. Gerakan sirkuler secara perlahan pada satu titik mampu memblok impuls nyeri agar nyeri berkurang dan gerakan perlahan agar tidak terjadi tekanan yang berlebih pada punggung ibu yang dapat menambah rasa nyeri.</p> <p>9. Usapan pada daerah punggung memberikan relaksasi pada klien dan mencegah terjadinya lordosis pada daerah lumbal.</p> <p>10. Memelihara kebersihan dan kenyamanan klien.</p> <p>11. Mempertahankan kenyamanan klien.</p> <p>12. Menginformasikan kepada klien bahwa tindakan telah usai.</p>

		<b>JUDUL SOP:</b> <b><i>EFFLEURAGE MASSAGE</i></b>	
		13. Bereskan alat-alat yang telah digunakan.  14. Cuci tangan	13. Memelihara kebersihan lingkungan yang terapeutik.  14. Membunuh mikroorganisme
<b>8.</b>	<b>EVALUASI</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi hasil yang dicapai (penurunan skala nyeri)</li> <li>2. Beri <i>reinforcement</i> positif pada ibu hamil</li> <li>3. Kontrak pertemuan selanjutnya</li> <li>4. Mengakhiri pertemuan dengan baik</li> </ol>	



**LEMBAR OBSERVASI**  
**PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI**  
**PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM YUSPOENI**  
**KABUPATEN KEBUMEN TAHUN 2017**

Nama Ibu : Ny. P  
Umur : 26 tahun  
Alamat : Gadungrejo 3/2, Klirong  
Pekerjaan : IRT (Ibu Rumah Tangga)

HPHT : 25 Juli 2016  
GPA : G1P0A0  
UK : 33-35 minggu

No.	Hari/Tanggal	Hari Ke	Skala Nyeri (Pra)	Skala Nyeri (Pasca)
1.	Jumat, 17 Maret 2017	2	4	4
2.	Minggu, 19 Maret 2017	4	4	4
3.	Selasa, 21 Maret 2017	6	4	3
4.	Kamis, 23 Maret 2017	8	3	3
5.	Sabtu, 25 Maret 2017	10	3	2
6.	Senin, 27 Maret 2017	12	2	2
7.	Rabu, 29 Maret 2017	14	2	1

**LEMBAR OBSERVASI**  
**PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI**  
**PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM YUSPOENI**  
**KABUPATEN KEBUMEN TAHUN 2017**

Nama Ibu : Ny. M  
Umur : 25 tahun  
Alamat : Kaliwungu 1/4, Klirong  
Pekerjaan : IRT (Ibu Rumah Tangga)

HPHT : 23 Juli 2016  
GPA : G1P0A0  
UK : 34-36 minggu

No.	Hari/Tanggal	Hari Ke	Skala Nyeri (Pra)	Skala Nyeri (Pasca)
1.	Selasa, 21 Maret 2017	2	3	3
2.	Kamis, 23 Maret 2017	4	3	3
3.	Sabtu, 25 Maret 2017	6	3	2
4.	Senin, 27 Maret 2017	8	2	2
5.	Rabu, 29 Maret 2017	10	2	1
6.	Jumat, 31 Maret 2017	12	1	1
7.	Minggu, 02 April 2017	14	1	0

**LEMBAR OBSERVASI**  
**PENERAPAN *EFFLEURAGE MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI**  
**PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III DI BPM YUSPOENI**  
**KABUPATEN KEBUMEN TAHUN 2017**

Nama Ibu : Ny. S  
Umur : 25 tahun  
Alamat : Wotbuono 3/2, Klirong  
Pekerjaan : IRT (Ibu Rumah Tangga)

HPHT : 25 September 2016  
GPA : G1P0A0  
UK : 28-30 minggu

No.	Hari/Tanggal	Hari Ke	Skala Nyeri (Pra)	Skala Nyeri (Pasca)
1.	Kamis, 13 April 2017	2	2	2
2.	Sabtu, 15 April 2017	4	2	2
3.	Senin, 17 April 2017	6	2	2
4.	Rabu, 19 April 2017	8	2	1
5.	Jumat, 21 April 2017	10	1	1
6.	Minggu, 23 April 2017	12	1	1
7.	Selasa, 25 April 2017	14	1	0



**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI  
PRODI DIII KEBIDANAN  
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG  
2017**

**NAMA** : AISYAH SUKMA KURNIA WARDHANI  
**NIM** : B1401145  
**PEMBIMBING** : JUNI SOFIANA, S.S.T., M.KEB.  
**KEGIATAN**

No.	Hari/Tanggal	Rencana Bimbingan	Realisasi	TTD
1.	Sabtu, 07 Jan 2017	Konsultasi jurnal dan judul	Sesuai	<i>Ni</i>
2.	Kamis, 16 Feb 2017	Revisi bab I & II	Sesuai	<i>Ni</i>
3.	Senin, 20 Feb 2017	Revisi bab II & III	Sesuai	<i>Ni</i>
4.	Rabu, 22 Feb 2017	Revisi bab III	Sesuai	<i>Ni</i>
5.	Rabu, 22 Feb 2017	Acc bab I-III	Sesuai	<i>Ni</i>
6.	Jumat, 24 Feb 2017	Revisi <i>post</i> ujian proposal	Sesuai	<i>Ni</i>
7.	Kamis, 02 Mar 2017	Acc proposal	Sesuai	<i>Ni</i>
8.	Senin, 29 Mei 2017	Konsultasi bab IV	Sesuai	<i>Ni</i>
9.	Rabu, 31 Mei 2017	Revisi bab IV & V	Sesuai	<i>Ni</i>
10.	Senin, 05 Juni 2017	Revisi penulisan, bab IV-V, lampiran	Sesuai	<i>Ni</i>
11.	Jumat, 09 Juni 2017	Revisi bab IV-V	Sesuai	<i>Ni</i>
12.	Rabu, 14 Juni 2017	Revisi bab IV, lampiran	Sesuai	<i>Ni</i>
13.	Rabu, 14 Juni 2017	Konsultasi Abstrak	It's done	<i>Ni</i>

No.	Hari/Tanggal	Rencana Bimbingan	Realisasi	TTD
14.	Kamis, 15 Juni 2017	Revisi Judul, penulisan dan lain-lain	Selesai	hr
15.	Selasa, 1 Juli 2017	Revisi Part Jombang Hasil	Selesai	hr
16.	Senin, 17 Juli 2017	Revisi	Selesai	hr
17.	Senin, 17/7/2017	Ace		hr
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				
32.				
33.				