

## SURAT PERMINTAAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.  
Ibu.....  
di –

Tempat

Dengan Hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi yaitu penulisan Skripsi, maka mahasiswa/i yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : WA ODE ENDANG EXTARINA

NIM : P00312018047

Institusi : Program Studi DIV Jurusan Kebidanan (Alih Jenjang) Politeknik Kesehatan Kendari

Akan melakukan penelitian dengan judul: "Pengaruh Senam Nifas Terhadap *Involusi Uterus* pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kulissu Kabupaten Buton Utara", maka saya mohon dengan hormat kepada Ibu untuk menjawab beberapa pertanyaan kuisisioner (angket penelitian) yang telah disediakan. Jawaban Ibu diharapkan objektif (diisi apa adanya sesuai pilihan jawaban).

Kuisisioner ini bukan tes psikologi, maka dari itu Ibu tidak perlu takut atau ragu-ragu dalam memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya. Artinya, semua jawaban yang Ibu berikan adalah benar dan jawaban yang diminta adalah sesuai dengan kondisi yang terjadi, oleh karena itu, data dan identitas Ibu akan dijamin kerahasiaannya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, saya ucapkan terima kasih.

Kendari, 2019  
Peneliti

**WA ODE ENDANG EXTARINA**  
**P00312018047**

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN  
(INFORMED CONSENT)**

Dalam rangka penyusunan Skripsi mahasiswa/i Program Studi DIV Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kendari dengan judul: "Pengaruh Senam Nifas Terhadap *Involusi Uterus* pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kulisusu Kabupaten Buton Utara", maka saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama/inisial : .....

Jenis Kelamin: .....

Umur : .....

Pendidikan : .....

Alamat : Dusun.....

Menyatakan Bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Kendari, 2019

Hormat Saya,

(.....)

Responden



## C. Pelaksanaan

<b>SOP PENGUKURAN <i>INVOLUSI</i> UTERUS BERDASARKAN TINGGI FUNDUS UTERUS PADA IBU BERSALIN</b>	
Pengertian	Adalah perubahan uterus yang terjadi pada ibu hamil dengan ukuran TFU mengalami penurunan
Tujuan	Menurunkan Tinggi Fundus Uterus
Persiapan Klien	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Berikan salam, perkenalkan diri 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, atur ventilasi dan sirkulasi udara yang baik danaturposisi klien sehingga merasa aman dan nyaman.</li> </ol>
Persiapan Alat	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metlin (centimeter )</li> <li>2. Tisu</li> <li>3. Handuk mandi yang besar</li> <li>4. Satu buah handuk kecil</li> <li>5. Sebuah bantal danguling kecil dan selimut.</li> </ol>
Tahap Kerja	<p>Pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Latihan hari 1 <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Latihan pernapasan iga-iga <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Tidur terlentang dengan satu bantal</li> <li>2). Keluarkan nafas dari mulut (tiup), sedangkan tangan menekan iga-iga kedalam sehingga rongga dada mengepisi</li> <li>3). Tarik nafas dari hidung dengan mulut tertutup sehingga iga-iga mengembang serta dorong kedua tangan kesamping luar</li> <li>4). Anjurkan ; lakukan 15 kali gerakan setiap pagi dan sore</li> </ol> </li> <li>b. Latihan gerak pergelangan kaki <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Tidur terlentang dengan satu bantal, kedua lutut lurus</li> <li>2). Tegakkan kedua telapak kakidengan lutut bagian belakang menekan kasur sehingga betis dan lutut bagian belakang terasa sakit</li> <li>3). Tundukkan kedua telapak kaki bersama jari-jarinya</li> <li>4). Hadapkan kedua telapak kaki satu sama lain dengan lutut menghadap keatas, lalu kembali keposisi semula beberapa kali. Posisi telapak kaki berhadapan lalu lakukan gerakan kaki kebawah, bukan kesamping dan seterusnya</li> <li>5). Kedua telapak kaki diturunkan kebawah, bukan samping, tegakkan kembali dan seterusnya</li> <li>6). Kedua telapak kaki dibuka dari atas samping, turunkan</li> </ol> </li> </ol> </li> </ol>

	<p>hadapan kembali dan seterusnya</p> <p>7). Anjurkan; lakukan 15 kali gerakan setiap pagi dan sore</p> <p>c. Latihan kontraksi otot perut dan otot pantat secara ringan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Tidur terlentang dengan satu bantal, kedua lutut lurus dan tangan disamping badan</li> <li>b. Angkat kepala dan dahu sehingga dagu menyentuh dada, lakukan empat kali gerakan, lalu lanjutkan</li> <li>c. Bengkokkan lutut kiri, lalu luruskan. Selanjutnya, bengkokkan lutut kanan, lalu luruskan lakukan bergantian. Lakukan empat kali gerakan untuk setiap sisi dan lanjutkan gerakan</li> <li>d. Tidur terlentang dengan satu bantal, kedua kaki lurus, satu kaki ditumpakkan pada yang lainnya . Tundukkan kepala, kerutkan pantat kedalam sehingga lepas dari kasur atau matras, lalu kempeskan perut sehingga punggung menekan kasur atau matras. Selanjutnya lepaskan kembali</li> <li>e. Anjurkan; lakukan 15 kali gerakan . setiap tiga kali gerakan berhenti sebentar</li> </ol> <p>2. Latihan hari II</p> <p>Latihan hari II seperti hari I ditambah dengan latihan berikut ini:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Latihan pernapasan iga-iga       <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Pakaian dilonggarkan dan tidur terlentang dengan satu bantal, letakkan kedua telapak tangan diatas perut yaitu disekitar pusat sebagai perangsang</li> <li>2). Tarik nafas dari hidung dengan mulut tertutup sehingga perut tertarik atau mengembang keatas mendorong kedua tangan. Keluarkan nafas kuat-kuat sebanyak mungkin dari mulut (dengan meniupkan keudara) sambil menekan perut sehingga perut mengempis</li> <li>3). Anjurkan; lakukan 5-6 kali dalam sekali latihan</li> </ol> </li> <li>b. Latihan otot perut       <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Tidur terlentang dengan satu bantal, kedua lutut dibengkokkan setengah tinggi dan telapak kaki rata pada kasur atau matras</li> <li>2). Angkat kepala dan bahu secara perlahan-lahan sehingga dagu menempel didada, lalu turunkan kembali dengan lambat atau dilakukan dengan meletakkan tangan pada bahu sehingga melatih tangan</li> <li>3). Anjurkan; lakukan 5 kali gerakan pada pagi dan s i</li> <li>4). Latihan kaki</li> <li>5). Tidur terlentang dengan satu bantal, lutut dibengkokkan setenga tinggi, lurus dan rapatkan tangan terlentang disamping kedua bahu lurus</li> <li>6). Putar pinggang dan ayunkan kedua lutut bersama-sama kaki sehingga menyentuh lantai, sementara panggul kanan tetap mengarah kedepan selanjutnya kembali keposisi semula. Ulangi gerakan dengan berganti arah</li> <li>7). Anjurkan; lakukan 5 kali gerakan ke kiri da ke kanan</li> </ol> </li> </ol>
--	---

	<p>setiap pagi dan sore</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>c. Latihan otot dada       <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Duduk setengah atau berdiri, kedua tangan saling berpegangan pada lengan bawah dekat siku, angkat siku sejajar dengan bahu</li> <li>2). Pegang tangan erat-erat dan dorong jauh-jauh secara bersamaan ke arah siku tanpa menggeser telapak tangan sampai otot dada terasa terlatih, lalu lepaskan</li> <li>3). Berdiri dengan kedua tangan dibelakang punggung, angkat tangan hingga sejajar dengan kepala</li> <li>4). Anjurkan; lakukan gerakan ini 45 kali dan berhenti sebentar setiap 15 kali gerakan</li> </ol> </li> <li>d. Latihan untuk mengembalikan rahim ke bentuk dan tempat semula       <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Tidur tengkurap dengan dua bantal menyangga perut dan satu bantal menyangga punggung kaki</li> <li>2). Kepala menoleh ke samping kiri/kanan. Tangan disamping badan dengan siku sedikit dibengkokkan</li> <li>3). Anjurkan; lakukan setiap kali setiap hari sampai tertidur</li> </ol> </li> <li>e. Latihan sikap baik secara ringan       <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Tidur terlentang tanpa bantal dan tangan disamping badan</li> <li>2). Kerutkan pantat, kempeskan perut sehingga bahu menekan kasur, ulurkan leher dan lepaskan. Lakukan 5 kali gerakan setiap pagi dan sore</li> <li>3). Posisi duduk atau berdiri, kedua tangan diletakkan diatas sendi bahu</li> <li>4). Putar sendi bahu ke arah depan, keatas, kebelakang, kebawah, kedepan, dan seterusnya</li> <li>5). Anjurkan; lakukan 15 kali gerakan dan berhenti sebentar setiap kali selesai menyusui bayi karena setiap waktu menyusui yang membungkuk dan buah dada yang berat karena berisi ASI</li> </ol> </li> </ol> <p>3. Latihan hari III</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Latihan ke III merupakan latihan hari I dan hari II ditambah dengan sikap baik dalam mengangkat dan menggendong bayi</li> <li>2). Berdiri dengan sedikit kaki diregangkan</li> <li>3). Langkahkan kaki ke kanan dan ke depan, kempiskan perut, bengkokkan lutut, lalu jongkok sampai tumit. Tundukkan kepala dan ambil bayi dengan bahu tetap tegak selanjutnya kembali berdiri tegak dan bahu lepaskan keluar</li> <li>4). Anjurkan; lakukan hal yang sama untuk sikap baik dalam posisi berjalan menggendong bayi. Lakukan latihan-latihan secara teratur sehingga tercapai hasil yang baik</li> </ol> <p>4. Latihan hari IV</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Latihan hari ke IV merupakan latihan dari hari sebelumnya</li> <li>2). Tidur terlentang tanpa bantal. Sikap tubuh bagian atas</li> </ol>
--	---

	<p>terbentang dan kaki ditekuk <math>\pm</math> 45 derajat, kemudian salah satu tangan memegang perut</p> <p>3). Angkat tubuh ibu <math>\pm</math> 45 derajat dan tahan hingga hitungan ke 3 atau ke 5</p> <p>4). Anjurkan; lakukan gerakan tersebut sebanyak 5-15 kali gerakan setiap pagi dan sore hari</p>
Evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi hasil yang dicapai</li> <li>2. Beri reinforcement positif pada ibu hamil</li> <li>3. Kontrak pertemuan selanjutnya</li> <li>4. Mengakhiri pertemuan dengan baik</li> </ol>
Dokumentasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Catat kegiatan yang telah dilakukan dalam catatan pelaksanaan</li> <li>2. Dokumentasikan evaluasi tindakan SOP</li> <li>3. Respon klien selama tindakan</li> <li>4. Nama jelas dan paraf</li> </ol>
Hal-hal yang perlu diperhatikan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kenyamanan dan kekuatan kondisi fisik klien harus selalu dikaji untuk mengetahui keadaan klien selama prosedur</li> <li>2. Perhatikan kontraindikasi dilakukannya tindakan</li> </ol>

### MASTER TABEL PENELITIAN

#### Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uterus pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Kulisusu Kabupaten Buton Utara

No	Nama	Umur	Pendidikan	Senam Nifas	Pengukuran (Hari)				
					Ke-0 (12jam)	Ke-1 (cm)	Ke-2 (cm)	Ke-3 (cm)	Ke-4 (cm)
1	Ny. E	24	3	Tidak Melakukan	13,2	12,5	11,5	10,5	9,5
2	Ny. S	22	3	Tidak Melakukan	12,5	12,0	11,0	10,0	9,0
3	Ny. H	19	2	Tidak Melakukan	12,5	12,5	11,8	11,2	10,6
4	Ny. K	24	3	Tidak Melakukan	13,4	12,0	11,0	9,5	7,0
5	Ny.L	28	4	Tidak Melakukan	12,5	12,5	10,5	9,5	7,5
6	Ny.S	30	3	Tidak Melakukan	12,6	12,5	11,8	11,3	10,6
7	Ny.E	30	3	Tidak Melakukan	12,5	12,0	11,0	10,0	7,0
8	Ny.S	26	4	Tidak Melakukan	12,3	12,0	11,2	10,6	10,0
9	Ny.M	24	2	Tidak Melakukan	13,0	12,0	11,6	10,8	10,6
10	Ny. E	41	4	Tidak Melakukan	13,6	12,5	11,0	9,9	8,6
11	Ny.N	23	3	Tidak Melakukan	12,5	11,5	11,2	10,5	9,6
12	Ny.Y	24	2	Tidak Melakukan	12,5	12,0	11,0	10,0	8,2

13	Ny. E	38	4	Tidak Melakukan	12,2	11,8	11,2	10,1	8,4
14	Ny.W	21	3	Tidak Melakukan	12,5	12,5	11,5	10,5	8,9
15	Ny.S	28	4	Tidak Melakukan	12,5	12,0	11,2	10,4	9,8

No	Nama	Umur	Pendidikan	Senam Nifas	Ke-0 (12jam)	Pengukuran		
						Ke-1 (cm)	Ke-2 (cm)	K
16	Ny.I	33	3	Melakukan	12,6	11,5	10,0	
17	Ny.K	19	3	Melakukan	12,0	11,0	10,0	
18	Ny.L	43	3	Melakukan	12,0	11,0	9,0	
19	Ny.M	28	4	Melakukan	12,4	11,0	10,0	
20	Ny.L	26	4	Melakukan	12,0	11,0	9,2	
21	Ny.F	30	4	Melakukan	13,3	11,9	10,8	
22	Ny.A	29	2	Melakukan	13,2	12,0	10,0	
23	Ny.F	40	3	Melakukan	12,0	11,0	9,0	
24	Ny.L	28	4	Melakukan	12,0	11,0	10,0	
25	Ny.S	24	2	Melakukan	13,0	12,0	10,6	
26	Ny.K	24	2	Melakukan	12,2	11,0	9,0	
27	Ny.L	30	4	Melakukan	13,0	11,8	10,5	
28	Ny.E	26	3	Melakukan	12,0	11,0	9,5	
29	Ny.E	28	3	Melakukan	12,5	11,4	9,6	
30	Ny.M	26	3	Melakukan	12,6	11,0	9,5	



## ANALISIS SPSS

### 1. Frequencies Karakteristik Responden

#### Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid <20 Tahun	2	6.7	6.7	6.7
20-25 Tahun	24	80.0	80.0	86.7
> 35 Tahun	4	13.3	13.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

#### Pendidikan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SMP	6	20.0	20.0	20.0
SMU	14	46.7	46.7	66.7
Perguruan Tinggi	10	33.3	33.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

### 2. Analisis Univariat

#### TFU Ke 0 (12 Jam)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 12	6	20.0	20.0	20.0
12.2	2	6.7	6.7	26.7
12.3	1	3.3	3.3	30.0
12.4	1	3.3	3.3	33.3
12.5	9	30.0	30.0	63.3
12.6	3	10.0	10.0	73.3
13	3	10.0	10.0	83.3
13.2	2	6.7	6.7	90.0
13.3	1	3.3	3.3	93.3
13.4	1	3.3	3.3	96.7
13.6	1	3.3	3.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

**TFU Hari 1**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11	9	30.0	30.0	30.0
	11.4	1	3.3	3.3	33.3
	11.5	2	6.7	6.7	40.0
	11.8	2	6.7	6.7	46.7
	11.9	1	3.3	3.3	50.0
	12	9	30.0	30.0	80.0
	12.5	6	20.0	20.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

**TFU Hari 2**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	3	10.0	10.0	10.0
	9.2	1	3.3	3.3	13.3
	9.5	2	6.7	6.7	20.0
	9.6	1	3.3	3.3	23.3
	10	5	16.7	16.7	40.0
	10.5	2	6.7	6.7	46.7
	10.6	1	3.3	3.3	50.0
	10.8	1	3.3	3.3	53.3
	11	5	16.7	16.7	70.0
	11.2	4	13.3	13.3	83.3
	11.5	2	6.7	6.7	90.0
	11.6	1	3.3	3.3	93.3
	11.8	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

TFU Hari 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7.2	1	3.3	3.3	3.3
	7.4	1	3.3	3.3	6.7
	7.5	3	10.0	10.0	16.7
	7.6	1	3.3	3.3	20.0
	7.8	1	3.3	3.3	23.3
	8	1	3.3	3.3	26.7
	8.2	1	3.3	3.3	30.0
	8.5	1	3.3	3.3	33.3
	8.9	1	3.3	3.3	36.7
	9	3	10.0	10.0	46.7
	9.5	2	6.7	6.7	53.3
	9.8	1	3.3	3.3	56.7
	9.9	1	3.3	3.3	60.0
	10	3	10.0	10.0	70.0
	10.1	1	3.3	3.3	73.3
	10.4	1	3.3	3.3	76.7
	10.5	3	10.0	10.0	86.7
	10.6	1	3.3	3.3	90.0
	10.8	1	3.3	3.3	93.3
	11.2	1	3.3	3.3	96.7
	11.3	1	3.3	3.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

**TFU Hari 4**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5.5	3	10.0	10.0	10.0
	6	5	16.7	16.7	26.7
	6.2	1	3.3	3.3	30.0
	6.8	1	3.3	3.3	33.3
	7	3	10.0	10.0	43.3
	7.5	2	6.7	6.7	50.0
	7.6	1	3.3	3.3	53.3
	8	1	3.3	3.3	56.7
	8.2	2	6.7	6.7	63.3
	8.4	1	3.3	3.3	66.7
	8.6	1	3.3	3.3	70.0
	8.9	1	3.3	3.3	73.3
	9	1	3.3	3.3	76.7
	9.5	1	3.3	3.3	80.0
	9.6	1	3.3	3.3	83.3
	9.8	1	3.3	3.3	86.7
	10	1	3.3	3.3	90.0
	10.6	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

**3. Hasil Analisis Bivariat**

**a. Uji Normalitas Data**

**Explore**

**Tests of Normality**

		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
Senam Nifas		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
TFU Ke 0 (12 Jam)	Melakukan	.228	15	.035	.847	15	.016
	Tidak Melakukan	.341	15	.000	.786	15	.002
TFU Hari 1	Melakukan	.368	15	.000	.715	15	.000
	Tidak Melakukan	.284	15	.002	.807	15	.005
TFU Hari 2	Melakukan	.179	15	.200*	.922	15	.209
	Tidak Melakukan	.204	15	.092	.920	15	.194
TFU Hari 3	Melakukan	.174	15	.200*	.905	15	.112
	Tidak Melakukan	.126	15	.200*	.950	15	.529
TFU Hari 4	Melakukan	.246	15	.015	.871	15	.035
	Tidak Melakukan	.118	15	.200*	.932	15	.288

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

## b. Uji Hipotesis dengan Wilcoxon

### NPar Tests

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
TFU Hari 1 - TFU Ke 0 (12 Jam)	Negative Ranks	27 <sup>a</sup>	14.00	378.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	3 <sup>c</sup>		
	Total	30		

- a. TFU Hari 1 < TFU Ke 0 (12 Jam)
- b. TFU Hari 1 > TFU Ke 0 (12 Jam)
- c. TFU Hari 1 = TFU Ke 0 (12 Jam)

#### Test Statistics<sup>b</sup>

	TFU Hari 1 - TFU Ke 0 (12 Jam)
Z	-4.564 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Based on positive ranks.
- b. Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
TFU Hari 2 - TFU Hari 1	Negative Ranks	30 <sup>a</sup>	15.50	465.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	30		

- a. TFU Hari 2 < TFU Hari 1
- b. TFU Hari 2 > TFU Hari 1
- c. TFU Hari 2 = TFU Hari 1

#### Test Statistics<sup>b</sup>

	TFU Hari 2 - TFU Hari 1
Z	-4.802 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Based on positive ranks.
- b. Wilcoxon Signed Ranks Test

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks	
TFU Hari 3 - TFU Hari 2	Negative Ranks	30 <sup>a</sup>	15.50	465.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	30		

a. TFU Hari 3 < TFU Hari 2

b. TFU Hari 3 > TFU Hari 2

c. TFU Hari 3 = TFU Hari 2

**Test Statistics<sup>b</sup>**

	TFU Hari 3 - TFU Hari 2
Z	-4.805 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks	
TFU Hari 4 - TFU Hari 3	Negative Ranks	30 <sup>a</sup>	15.50	465.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	30		

a. TFU Hari 4 < TFU Hari 3

b. TFU Hari 4 > TFU Hari 3

c. TFU Hari 4 = TFU Hari 3

**Test Statistics<sup>b</sup>**

	TFU Hari 4 - TFU Hari 3
Z	-4.787 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

# KEMENTERIAN KESEHATAN RI

BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN

SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI

Jalan Jend. A.H. Nasution No. G.14 Anduonohu, Kota Kendari 93232

Telp. (0401) 390492 Fax. (0401) 393339 e-mail [poltekkeskendari@yahoo.com](mailto:poltekkeskendari@yahoo.com)

JURUSAN KEBIDANAN: Jalan Jend. A.H. Nasution No. G.14 Anduonohu, Kota Kendari 93232



Kendari, 16 November 2018

Nomor : DL. 11.02/5/ 1615 /2018  
Lampiran : -  
Perihal : Usulan Surat Izin Pengambilan Data Awal

Kepada Yth.  
Direktur Poltekkes Kemenkes Kendari  
Di-

Tempat

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian mahasiswa Jurusan  
Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kendari

Nama : Wa Ode Endang Extaurina  
Nim : P00312018047  
Prodi : D-IV Kebidanan/Alih Jenjang  
Judul Penelitian : Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu  
Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Kulisusu

Pembimbing I : Arsulfa, S.Si.T, M.Keb  
Pembimbing II : Melania Asi, S.Si.T, M.Kes

Untuk diberikan surat izin pengambilan data awal di Puskesmas Kulisusu Provinsi  
Sulawesi Tenggara.

Demikian penyampaian kami, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima  
kasih.

Ketua Jurusan Kebidanan


Sultina Sarita, SKM, M.Kes  
NIP. 196806021992032003

# KEMENTERIAN KESEHATAN RI

BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN

SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI

Jalan Jend. A.H. Nasution. No. G.14 Anduonohu, Kota Kendari 93232

Telp. (0401) 390492 Fax (0401) 393339 e-mail: [poltekkeskendari@yahoo.com](mailto:poltekkeskendari@yahoo.com)

JURUSAN KEBIDANAN: Jalan Jend. A.H. Nasution. No. G.14 Anduonohu, Kota Kendari 93232



Nomor : UT.01.02/5/007 /2019  
Lampiran : -  
Perihal : Usulan Surat Izin Penelitian

Kepada Yth.  
Direktur Poltekkes Kemenkes Kendari  
Di-  
Tempat

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian mahasiswa Jurusan  
Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kendari

Nama : Wa Ode Endang Extaurina  
Nim : P00312018047  
Prodi : D-IV Kebidanan/Alih Jenjang  
Judul Penelitian : Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Nifas  
Di Wilayah Kerja Puskesmas Kulisusu Kabupaten Buton Utara  
Tahun 2018

Pembimbing I : Arsulfa, S.Si.T, M.Keb  
Pembimbing II : Melania Asi, S.Si.T, M.Kes

Untuk diberikan surat permohonan izin penelitian pada Badan Penelitian dan  
Pengembangan.

Demikian penyampaian kami, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima  
kasih.

Kendari, 21 Mei 2019

Ketua Jurusan Kebidanan



Sultina Sarita, SKM, M.Kes

NIP. 196806021992032003





**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI TENGGARA**  
**BADAN PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN**

Kompleks Bumi Praja Anduonouhu, Telp. (0401) 3008846 Kendari

Kendari, 23 Mei 2019

Nomor : 070/1555/BALITBANG/2019  
Lampiran :  
Perihal : Izin Penelitian

K e p a d a  
Yth. Bupati Buton Utara  
di -  
BURANGA

Berdasarkan Surat Direktur Poltekkes Kendari Nomor : UT.01.01/2/4719/2019 tanggal 22 Mei 2019 perihal tersebut diatas, Mahasiswa di bawah ini :

Nama : WA ODE ENDANG EXTATURINA  
No. Identitas : P00312018047  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Jurusan : D LV KEBIDANAN  
Instansi / Kampus : POLTEKKES KEMENKES KENDARI  
Lokasi Penelitian : WILAYAH KERJA PUSKESMAS KULISUSU KABUPATEN BUTON UTARA

Bermaksud untuk melakukan Penelitian/Pengambilan Data di Daerah/Kantor Saudara dalam rangka penyusunan KTI/Skripsi/Tesis/Disertasi, dengan judul :

**" PENGARUH SENAM NIFAS TERHADAP INVOLUSI UTERUS PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KULISUSU KABUPATEN BUTON UTARA TAHUN 2018 "**

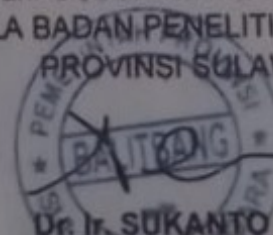
Yang akan dilaksanakan dari tanggal : 23 Mei 2019 sampai Selesai.

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami menyetujui kegiatan di maksud dengan ketentuan :

1. Senantiasa menjaga keamanan dan ketertiban serta menaati perundang-undangan yang berlaku.
2. Tidak mengadakan kegiatan lain yang bertentangan dengan rencana semula.
3. Dalam setiap kegiatan dilapangan agar pihak Peneliti senantiasa koordinasi dengan pemerintah setempat.
4. Wajib menghormati Adat Istiadat yang berlaku di daerah setempat.
5. Menyerahkan 1 (satu) exemplar copy hasil penelitian kepada Gubernur SULTRA Cq. Kepala Badan Penelitian dan Pengembangan Provinsi Sulawesi Tenggara.
6. Surat izin akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat izin ini tidak menaati ketentuan tersebut diatas.

Demikian Surat Izin Penelitian diberikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

an. GUBERNUR SULAWESI TENGGARA  
KEPALA BADAN PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN  
PROVINSI SULAWESI TENGGARA



**Dr. Ir. SUKANTO TODING, MSP, MA**  
Pembina Utama Muda, Gol. IV/c  
NIP. 19680720 199301 1 003

**T e m b u s a n**

1. Gubernur Sulawesi Tenggara (sebagai laporan) di Kendari
2. Direktur Poltekkes Kendari di Kendari
3. Ketua Prodi D-IV Kebidanan/Aliih Jenjang Poltekkes Kendari di Kendari
4. Kepala Badan Kesbang Kab. Buton di Buranga
5. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Buton di Buranga
6. Kepala Puskesmas Kulisusu di Tempat.
7. Mahasiswa yang bersangkutan di Tempat.



PEMERINTAH KABUPATEN BUTON UTARA  
DINAS KESEHATAN  
PUSKESMAS KULISUSU



Jl. Gunungmalaga No. 1 Kel. Lipu Kec. Kulisusu Email : [phmkulisusu01@gmail.com](mailto:phmkulisusu01@gmail.com)

**SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN**

No : 445 / 510 / VI / 2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SUPRADIN, AMK  
NIP : 19781120 200502 1 003  
Pangkat/ Gol : Penata / IIIc  
Jabatan : Kepala Puskesmas Kulisusu

Menerangkan Bahwa :

Nama : WA ODE ENDANG EXTAURINA  
NIM : P00312018047  
Program Studi : DIV Kebidanan/Ahli Jenjang  
Pekerjaan : Mahasiswa

Bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian pada Puskesmas Kulisusu pada Tanggal 23 Mei 2019 Sampai Selesai.

Dengan Penelitian " Pengaruh Senam Nifas Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Kulisusu Kabupaten Buton Utara Tahun 2019 "

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kulisusu, 03 Agustus 2019

Kepala Puskesmas Kulisusu

**SUPRADIN, AMK**

NIP 19781120 200502 1 003



KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN  
SUMBERDAYA MANUSIA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI



Jl. Jend. Nasution No. G.14 Andamahu, Kota kendari 93232  
Telp. (0401) 390492 Fax (0401) 393339 e-mail: poltekkeskendari@yahoo.com

SURAT KETERANGAN BEBAS PUSTAKA  
NO: UT.04.C1/1/429/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Unit Perpustakaan Politeknik Kesehatan Kendari, menerangkan bahwa :

Nama : Wa Ode Endang Extaurina  
NIM : P00312018047  
Tempat Tgl. Lahir : Lipu, 07 September 1994  
Jurusan : D-IV Kebidanan Alih Jenjang  
Alamat : Lrg. Pelangi

Benar-benar mahasiswa yang tersebut namanya di atas sampai saat ini tidak mempunyai sangkut paut di Perpustakaan Poltekkes Kendari baik urusan peminjaman buku maupun urusan administrasi lainnya.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk digunakan sebagai syarat untuk mengikuti ujian akhir pada Jurusan Kebidanan Tahun 2019

Kendari, 26 Agustus 2019

Kepala Unit Perpustakaan  
Politeknik Kesehatan Kendari



Irmayanti Tahir, S.I.K  
NIP. 197509141999032001

## DOKUMENTASI PENELITIAN



Gambar 1. Pemeriksaan TFU pada responden



Gambar 2. Perlakuan Senam Nifas pada responden

