





KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
STATE POLYTECHNIC OF HEALTH MALANG

**KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK**  
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL  
"ETHICAL APPROVAL"  
Reg.No.:042 / KEPK-POLKESMA/ 2019

Protokol penelitian yang diusulkan oleh      Fahmi Arifatul Hanifah  
*The research protocol proposed by*  
Peneliti Utama  
*Principal In Investigator*                      **Fahmi Arifatul Hanifah**  
Nama Institusi  
*Name of the Institution*                      Poltekkes Kemenkes Malang  
Dengan Judul

**PENGARUH SENAM NIFAS TERHADAP LAMA PENYEMBUHAN LUKA PERINEUMDI PMB  
SOEMIDJAH IPUNG, AMD, KEB**

*Effect of Postpartum Gymnastics on the Healing Length of Perineal Wounds at PMB Soemidjah Ipung*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah,

3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

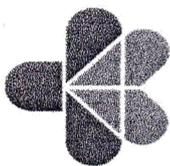
*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 2 Februari 2019 sampai dengan 2 Februari 2020

*This declaration of ethics applies during the period February 2, 2019 until February 2, 2020*



Malang, 2 Februari 2019  
Head of Committee  
Dr. SUSI MILWATI, S.Kp, M.Pd  
NIP. 196312011987032002



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SDM KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG**



~ Kampus Pusat : Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746  
~ Kampus I : Jl. Srikoyo No. 106 Jember, Telp (0331) 486613  
~ Kampus II : Jl. A.Yani Sumberporong Lawang, Telp (0341) 427847  
~ Kampus III : Jl. Dr. Soetomo No. 46 Blitar, Telp (0342) 801043  
~ Kampus IV : Jl. KH Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri, Telp(0354) 773095  
~ Kampus V : Jl. Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek, Telp (0355) 791293  
~ Kampus VI : Jl. Dr. Cipto Mangunkusomo No. 82 A Ponorogo, Telp (0352) 461792  
Website : [Http://www.poltekkes-malang.ac.id](http://www.poltekkes-malang.ac.id) Email : [direktorat@poltekkes-malang.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-malang.ac.id)

Nomor : PP.04.03/5.0/ 471 /2019  
Lampiran : -  
Perihal : **Permohonan Pelaksanaan Penelitian**

Kepada Yth :  
**Ketua IBI Cabang Kota Malang**  
Di  
Malang

Dengan ini kami sampaikan bahwa sebagai salah satu prasyarat kelulusan mahasiswa pada Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, setiap mahasiswa diwajibkan untuk menyusun skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut, maka bersama ini kami mohon dengan hormat agar dapatnya diijinkan untuk melaksanakan **Penelitian** mahasiswa kami :

Nama : Fahmi Arifatul Hanifah  
NIM : 1502450046  
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan Malang  
Semester : VIII (Delapan)  
Periode : 04 Februari s/d 10 Maret 2019  
Judul Penelitian : Pengaruh Senam Nifas terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum di PMB Soemidjah Ipung, A.Md.Keb

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, disampaikan terima kasih.



Malang, 28 Januari 2019  
Ketua Jurusan Kebidanan,

**Herawati Mansur, SST, M.Pd, M.Psi**  
NIP. 196501101985032002

Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. Pimpinan PMB Soemidjah Ipung, A.Md.Keb
2. Mahasiswa yang bersangkutan



**PENGURUS CABANG IKATAN BIDAN INDONESIA  
KOTA MALANG**

SEKRETARIAT : Jl. Joyosuko No. 01 Telp.0341-559778

**SURAT REKOMENDASI**

Malang, 31 Januari 2019

Nomor : 42 /Sek.PCIBI/ I/2019  
Lampiran : -  
Perihal : Ijin Pelaksanaan Penelitian

Dengan hormat,

Berdasarkan surat dari Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang No. PP.04.03/5.0/471/2019, tanggal 28 Januari 2019. Perihal : Permohonan Pelaksanaan Penelitian Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Malang. Sehubungan dengan hal tersebut, maka bersama ini kami memberikan ijin Pelaksanaan Penelitian kepada mahasiswa :

Nama : Fahmi Arifatul Hanifah  
NIM : 1502450046  
Prodi : Sarjana Terapan Kebidanan Malang  
Semester : VIII (Delapan)  
Periode : 04 Februari 2019 s/d 10 Maret 2019  
Judul : "Pengaruh Senam Nifas terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum di PMB Soemidyah Ipung, Amd.Keb"  
Tempat : PMB Soemidyah Ipung, Amd.Keb Jl. Plaosan Barat No.26 Purwodadi, Blimbing, Kota Malang

Demikian surat ijin ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Pengurus Cabang Ikatan Bidan Indonesia  
Kota Malang



**Lucia Reyne F. Ng, S.Tr. Keb**



**BIDAN PRAKTEK MANDIRI  
SOEMIDJAH IPUNG, A.Md. Keb**

Jln Plaosan Barat No. 26 Purwodadi Kecamatan Blimbing  
Kota Malang



**Bidan Delima**  
PELAYANAN BERKUALITAS

Nomor :

Perihal : Bukti Pelaksanaan Penelitian

**Kepada,**

**Yth. Ketua Jurusan Prodi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang**

**Di**

**Malang**

Dengan ini kami sampaikan bahwa mahasiswa Kebidanan Poltekkes Malang dengan:

Nama : Fahmi Arifatul Hanifah

NIM : 1502450046

Semester : VIII

Prodi : Sarjana Terapan Kebidanan Malang

Telah melaksanakan penelitian skripsi yang berjudul “Pengaruh Senam Nifas terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Potpartum Normal di PMB Soemidjah Ipung, A.Md, Keb” yang dilaksanakan mulai tanggal 04 Februari s/d tanggal 10 Maret 2019 (pengambilan data).

Demikian yang dapat kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

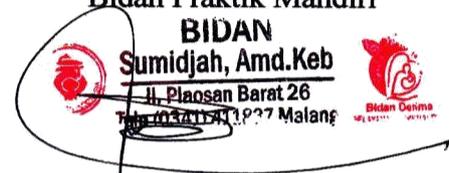
Malang, 13 Juni 2019

Bidan Praktik Mandiri

**BIDAN**

**Sumidjah, Amd.Keb**

Jl. Plaosan Barat 26  
Kota Malang



Soemidjah Ipung, A.Md. Keb

Lampiran 6

**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Yth : Calon Responden  
Di Tempat

Dengan Hormat,

Saya adalah mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Malang Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang tahun 2018 akan mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Senam Nifas Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum di PMB Soemidjah Ipung, Amd, Keb”. Penelitian tersebut dilakukan untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan program Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh senam nifas terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post partum normal di PMB Soemidyah Ipung, A.Md.,Keb. Untuk maksud tersebut, peneliti memohon partisipasinya untuk menjadi responden yang merupakan sumber informasi bagi peneliti. Peneliti menjamin kerahasiaan segenap informasi yang diberikan dan hanya akan menggunakan informasi tersebut untuk kepentingan pengembangan ilmu dan teknologi khususnya bidang kesehatan.

Atas kesediaan dan partisipasinya, peneliti mengucapkan terima kasih.

Malang, Februari 2019  
Peneliti,

Fahmi Arifatul Hanifah  
NIM. 1502450046

Lampiran 7

**PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN (PSP) UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN**

1. Saya adalah Fahmi Arifatul Hanifah, mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Malang Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Senam Nifas Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum di PMB Soemidjah Ipung, Amd, Keb.
2. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh senam nifas terhadap lama penyembuhan luka perineum pada ibu post, yang bermanfaat bagi ibu post partum sebagai usaha untuk membantu penyembuhan luka perineum, memberi kenyamanan, serta membantu memulihkan kondisi ibu setelah melahirkan. Serta bermanfaat bagi tenaga kesehatan terutama bidan untuk meningkatkan profesionalisme dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu postpartum. Besar sampel berjumlah 15 responden.
3. Prosedur pengambilan data dengan cara mengisi Standart Operasional Prosedur (SOP) senam nifas dan lembar observasi yang diisi oleh peneliti. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan berupa tersitanya waktu saudarasaat peneliti melakukan wawancara untuk mengisi lembar observasi, tetapi anda tidak perlu khawatir karena karena penelitian ini memiliki manfaat yang sudah dijelaskan pada poin sebelumnya. Ibu juga akan mendapatkan souvenir dari peneliti.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda dalam penelitian ini secara langsung tidak ada, tetapi manfaatnya akan dinikmati oleh pasien rujukan setelah ada perbaikan system rujukan atas rekomendasi dari hasil penelitian ini.
5. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali, untuk itu anda tidak dikenakan sanksi apapun.
6. Nama dan jati diri anda akan tetap dirahasiakan.
7. Jika terjadi hal-hal yang tidak diinginkan dapat menghubungi saya (Fahmi Arifatul Hanifah) dengan nomor telepon 082337395959 sebagai peneliti utama.

Malang, ..... 2019  
Peneliti

(Fahmi Arifatul Hanifah)

Lampiran 8

**INFORMED CONSENT**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Fahmi Arifatul Hanifah, mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Malang Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang yang berjudul “Pengaruh Senam Nifas Terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum di PMB Soemidjah Ipung, Amd, Keb.”

Saya yakin bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian apapun pada saya dan keluarga. Dan saya telah mempertimbangkan serta memutuskan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Malang, Februari 2019

Saksi

Yang Memberi Persetujuan

(.....) (.....)

Malang, Februari 2019  
Mengetahui  
Ketua Pelaksana Penelitian

(.....)

Lampiran 9

R :

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)**

**SENAM NIFAS**

Pengertian	Senam nifas adalah senam atau latihan fisik yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan (post partum) untuk mengembalikan fungsi otot-otot tubuh seperti semula
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membantu memperlancar sirkulasi darah</li> <li>2. Membantu mengembalikan kedudukan otot kandungaan</li> <li>3. Mengencangkan otot-otot perut, otot dasar panggul dan pinggang</li> </ol>
Kebijakan	Bidan dan tenaga kesehatan lainnya dapat melakukan sesuai dengan standar prosedur kerja yang berlaku
Prosedur Tindakan	<p>A. Persiapan alat</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Matras/kasur</li> <li>- Bantal</li> </ul> <p>B. Persiapan Klien</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberitahu pasien mengenai tindakan dan tujuan yang akan di lakukan</li> <li>- Menyiapkan matras dan bantal untuk pasien melakukan senam nifas</li> </ul> <p>C. Langkah-Langkah</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi salam, memperkenalkan diri pada pasien dan keluarga</li> <li>2. Memberitahu dan menjelaskan kepada pasien tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan</li> <li>3. Mempersiapkan klien dan mempersiapkan alat</li> <li>4. Memasang tirai (korden)/tutup pintu</li> <li>5. Mencuci tangan dengan sabun di bawah air mengalir serta mengeringkan dengan handuk</li> <li>6. Mengatur posisi ibu terlentang di matras/tempat tidur dan menggunakan celana</li> </ol>

panjang

### **Latihan hari pertama**

#### 7. Latihan pernapasan iga-iga

##### a. Sikap

Tidur terlentang dengan satu bantal di kepala dan satu bantal kecil di bawah lutut, pakaian bagian dada dan pinggang dilonggarkan, kepalkan kedua tangan lalu letakkan pada iga-iga sebagai perangsang

##### b. Kegiatan

Tiup nafas dari mulut dengan tangan menekan iga-iga ke dalam sehingga rongga dada mengempis, selanjutnya tarik nafas dari hidung dengan mulut tertutup sehingga iga-iga mengembang serta dorong kedua tangan ke samping luar. Lakukan kegiatan ini sebanyak 15 kali



#### 8. Latihan gerak pergelangan kaki

##### a. Sikap

Tidur terlentang dan kedua lutut lurus

##### b. Kegiatan

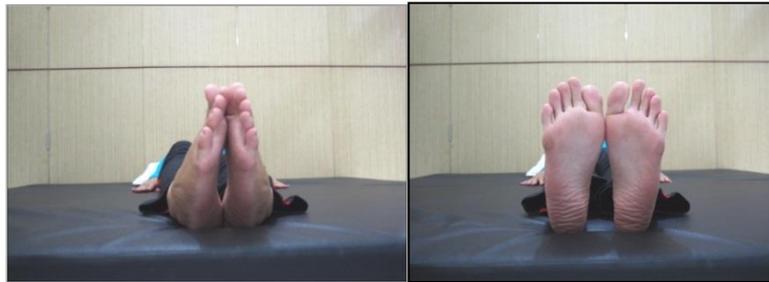
##### 1) Gerakan dorso fleksi dan plantar fleksi

Tegakkan kedua telapak kaki dengan lutut bagian belakang menekan kasur sehingga betis dan lutut bagian belakang terasa sakit. Tundukkan kedua telapak kaki bersama jari-jari.



2) Gerakan inverse dan eversi

Hadapkan kedua telapak kaki satu sama lain dengan lutut menghadap ke atas, lalu kembali ke posisi semula. Ulangi sebanyak 5 kali



3) Gerakan sirkum duksi

Kedua telapak kaki diturunkan ke bawah, lalu putar dengan gerakan saling menutup ke arah dalam dan tegakkan kembali seperti semula. Kedua telapak kaki dinaikkan ke atas, lalu putar dengan gerakan saling menjauh ke arah luar, dan akhiri dengan telapak kaki saling berhadapan.

4) Lakukan setiap gerakan sebanyak 15 kali.



9. Latihan kontraksi ringan otot perut dan pantat

Latihan pertama

a. Sikap

Tidur terlentang dengan kedua lutut lurus dan kedua tangan di samping badan

b. Kegiatan

Angkat kepala dan bahu sehingga dagu menyentuh dada. Lakukan sebanyak 4 kali



10. Latihan kedua

a. Sikap

Tidur terlentang dengan kedua lutut lurus dan kedua tangan di samping badan

b. Kegiatan

Bengkokkan lutut kiri lalu luruskan, selanjutnya bengkokkan kaki kanan dan luruskan. Lakukan bergantian sebanyak 4 kali untuk setiap kaki.



11. Latihan ketiga

a. Sikap

Tidur terlentang dengan kedua kaki lurus dan satu kaki ditumpangkan pada kaki lainnya

b. Kegiatan

Tundukkan kepala dan kerutkan pantat ke dalam sehingga lepas dari kasur/matras lalu kempiskan perut sehingga punggung menekan kasur/matras, kemudian lepaskan perlahan-lahan. Lakukan sebanyak 15 kali gerakan dengan jeda istirahat setiap 3 kali gerakan



### **Latihan Hari Kedua**

#### 12. Latihan otot perut

##### a. Sikap

Tidur terlentang dengan kedua lutut di bengkokkan dan telapak kaki rata pada kasur/matras

##### b. Kegiatan

Angkat kepala perlahan-lahan sehingga dagu menempel didada turunkan kembali dengan lambat. Lakukan kegiatan ini sebanyak 15 kali pagi dan sore.



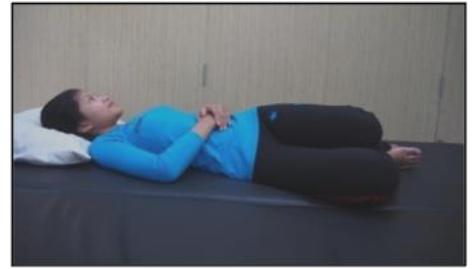
#### 13. Latihan kaki

##### a. Sikap

Tidur terlentang dengan lutut di bengkokkan setengah tinggi dan dirapikan

##### b. Kegiatan

Kedua lutut direbahkan ke samping kiri setengah rendah dengan bahu tetap pada kasur, lalu kembali ke tengah. Dilanjutkan dengan direbahkan ke samping kanan, lalu kembali ke tengah demikian seterusnya secara bergantian. Lakukan sebanyak 5 gerakan untuk masing-masing sisi.



#### 14. Latihan otot dada

##### a. Sikap

Duduk tegak atau berdiri dengan kedua tangan saling berpegangan pada lengan bawah dekat siku, lalu angkat siku sejajar dengan bahu

##### b. Kegiatan

Pegang tangan erat-erat dan dorong jauh-jauh secara bersamaan ke arah siku tanpa menggeser telapak tangan, sampai otot dada terasa tertarik lalu lepaskan. Lakukan sebanyak 45 kali dengan jeda istirahat untuk setiap 15 kali gerakan.



#### **Latihan Hari Ketiga**

#### 15. Latihan untuk pengembalian Rahim pada bentuk dan posisi semula

##### a. Sikap

Tidur tengkurap dengan dua bantal menyangga perut dan satu bantal menyangga punggung kaki, kepala menoleh kesamping kiri/kanan, tangan di samping badan dengan siku sedikit dibengkokkan.

##### b. Kegiatan

Pertahankan sikap ini mula-mula selama 5 menit dan berangsur bertambah lama menjadi 20 menit sampai ibu tidak merasa mulas lagi.



## 16. Latihan sikap baik secara ringan

Latihan pertama

### a. Sikap

Tidur terlentang dengan kedua tangan disamping badan

### b. Kegiatan

Kerutkan pantat dan kempiskan perut sehingga bahu menekan kasur, ulurkan leher, kemudian lepaskan. Lakukan sebanyak 5 kali gerakan.



## 17. Latihan kedua

### a. Sikap

Posisi duduk/berdiri dengan kedua tangan diatas sendi bahu

### b. Kegiatan

Putar sendi bahu ke arah depan-atas-belakang-bawah-depan, demikian seterusnya. Pada arah putaran kebelakang, tulang belikat atau bahu saling mendekat satu sama lain. Lakukans ebanyak 15 kali gerakan dengan jeda istirahat setiap 5 kali gerakan. Lakukan gerakan ini setiap selesai menyusui.



	<p>18. Memberitahu ibu bahwa senam sudah selesai dan mengucapkan salam</p> <p>19. Membantu merapikan ibu</p> <p>20. Membereskan alat dan mengembalikan ke tempat semula</p> <p>21. Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir serta mengeringkan dengan handuk bersih</p> <p>22. Mendokumentasikan hasil pemeriksaan</p> <p>D. Hal-hal yang perlu diperhatikan</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Senam nifas dilakukan bagi ibu nifas yang tidak mengalami kontraindikasi</li></ul>
--	---

## LEMBAR OBSERVASI LUKA PERINEUM

Kode Responden :.....

### Petunjuk Pengisian :

1. Peneliti akan membacakan pertanyaan kepada responden
2. Responden menjawab sendiri tanpa dibantu siapapun
3. Responden menjawab sesuai dengan pemahaman/kemampuan responden pribadi

Tanggal / Jam :  
Nama Ibu/Suami :  
Usia :  
Paritas :  
Jam Partus :  
Pendidikan :  
Agama :  
Pekerjaan :  
Suku :

### Data Penyaringan

No.	Daftar	Hasil
1.	BBL (Berat Badan Lahir)	
2.	Lama Kala II	
3.	Penyulit selama persalinan	

### Data Penelitian

No	Daftar Observasi	Klasifikasi	Hasil
1.	Jenis Ruptur	Spontan/Episiotomi	
2.	Ruptur Perineum	Derajat I/II/III/IV	
3.	Dilakukan Penjahitan	Ya / Tidak	
4.	Keadaan Luka	-Luka tidak kemerahan. -Luka mulai mengering dan menutup.	Hari ke-3

		- Tidak ada tanda infeksi (merah, bengkak, panas, nyeri)	Hari ke-4
			Hari ke-5
			Hari ke-6
			Hari ke-7

## Lampiran 10

## Master Sheet

No	Kode Responden	Usia	Paritas	Pendidikan	Agama	Pekerjaan	Suku	BBL	Lama Kala II	Penyulit Persalinan	Latihan Senam Hari ke 1,2,3	Hari Penyembuhan Luka
1.	R1	28	1	PT	Islam	Tidak Bekerja	Jawa	3200	40 mnt	Tdk Ada	Ya	7 hari
2.	R2	29	2	PT	Islam	Tidak Bekerja	Jawa	3400	15 mnt	Tdk Ada	Ya	6 hari
3	R3	28	2	SMP	Islam	Tidak Bekerja	Jawa	3100	20 mnt	Tdk Ada	Ya	7 hari
4	R4	21	1	SMA	Islam	Tidak Bekerja	Jawa	2800	35 mnt	Tidak Ada	Ya	6 hari
5.	R5	22	2	PT	Katolik	Mahasiswa	Metu	3200	10 mnt	Tidak Ada	Ya	6 hari
6	R6	27	2	PT	Islam	Tidak Bekerja	Bali	3300	20 mnt	Tidak Ada	Ya	7 hari
7.	R7	32	2	PT	Islam	Wiraswasta	Jawa	3550	15 mnt	Tidak Ada	Ya	5 hari
8.	R8	34	4	PT	Islam	Pedagan	Jawa	4100	15	Tidak Ada	Ya	7 hari

						g			mnt			
9.	R9	20	1	SMA	Islam	Tidak Bekerja	Jawa	3300	25 mnt	Tidak Ada	Ya	6 hari
10.	R10	23	1	SMA	Islam	Swasta	Jawa	3300	30 mnt	Tidak Ada	Ya	6 hari
11.	R11	31	2	SMP	Islam	Buruh Pabrik	Jawa	3000	20 mnt	Tidak Ada	Ya	7 hari
12.	R12	28	3	SMP	Islam	Tidak Bekerja	Jawa	3400	15 mnt	Tidak Ada	Ya	6 hari
13.	R13	23	1	PT	Islam	apoteker	Jawa	3000	30 mnt	Tidak Ada	Ya	5 hari
14.	R14	21	1	SMA	Islam	Tidak Bekerja	Jawa	2500	30 mnt	Tidak Ada	Ya	5 hari
15.	R15	27	1	SMA	Islam	Swasta	Jawa	3100	20 mnt	Tidak Ada	Ya	5 hari

Lampiran 11

Hasil Pengolahan Data

**Tests of Normality**

senam	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
lama melskukan senam nifas	.212	15	.068	.817	15	.006

a. Lilliefors Significance Correction

**Descriptives**

senam			Statistic	Std. Error
lama	melskukan senam nifas	Mean	6.0667	.20625
		95% Confidence Interval for Mean		
		Lower Bound	5.6243	
		Upper Bound	6.5090	
		5% Trimmed Mean	6.0741	
		Median	6.0000	
		Variance	.638	
		Std. Deviation	.79881	
		Minimum	5.00	
		Maximum	7.00	
		Range	2.00	
		Interquartile Range	2.00	
		Skewness	-.128	.580
		Kurtosis	-1.348	1.121

**One-Sample Test**

	Test Value = 7					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
lama	-4.525	14	.000	-.93333	-1.3757	-.4910

## LEMBAR KONSULTASI

**Nama Mahasiswa** : Fahmi Arifatul H  
**NIM** : 1502450046  
**Pembimbing Utama** : Dr. M. Wildan, A. Per. Pen., M. Pd.  
**Pembimbing Pendamping** : Endah Kamila, S. ST., M. Keb.  
**Judul Skripsi** : Pengaruh Serum Nifas terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum Normal.

Pembimbing Utama				Pembimbing Pendamping			
Bimbingan Ke	Tgl	Saran	Tandatangan	Bimbingan Ke	Tgl	Saran	Tandatangan
I	2/11/18	Revisi tajuk		I	7/9/18	Revisi Judul	
II	22/11/18	Sub 2 - penulisan gambar		II	13/20/18	ACC Judul	
III	22/11/18	Revisi sub 2		III	20/20/18	Konsultasi Bab I	
IV	8/12/18	Sub II - Revisi lampiran - revisi gambar - lampiran		IV	18/1/18	Konsultasi: B.I, II, III - lengkapi Daftar Rujukan Bab I, II, III	
V	10/1/18	Sub III - revisi & jilid - paparan, all - cek ulang - update - cek		V	6/1/18	Konsultasi BAB I, II, dan III	
VI	11/1/18	Revisi dan revisi by B. Iwan dan Pen			23/1/18	- Konsultasi Bab I, II, III. - cek kembali penulisan.	
					3/1/18	ACC uji Proposal	

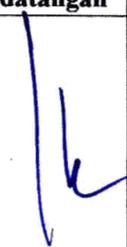
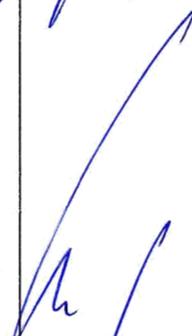
## LEMBAR KONSULTASI

**Nama Mahasiswa** : Fahmi Arifahul H  
**NIM** : 0502430046  
**Pembimbing Utama** : Dr. M. Wildan, A-Per-Pen., M.Pd  
**Pembimbing Pendamping** : Endah Kamila M, SST., M.Keb.  
**Judul Skripsi** : Pengaruh Senam Mifas terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum Normal.

Pembimbing Utama				Pembimbing Pendamping			
Bimbingan Ke	Tgl	Saran	Tandatangan	Bimbingan Ke	Tgl	Saran	Tandatangan
011	28/11/11	Bel lagi proposal					

## LEMBAR KONSULTASI

**Nama Mahasiswa** : Fahmi Arifatul Hanifah  
**NIM** : 1502450046  
**Pembimbing Utama** : Dr. Moh. Wildan, A.Pd., M.Pd.  
**Pembimbing Pendamping** : Endah Kamila Mas'udah, S.T., M.Keb.  
**Judul Skripsi** : Pengaruh Senam Nifas terhadap Lama Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Postpartum Normal di PMB Soemidyah Rung, A.Md.Keb.

Pembimbing Utama				Pembimbing Pendamping			
Bimbingan Ke	Tgl	Saran	Tandatangan	Bimbingan Ke	Tgl	Saran	Tandatangan
I	10/9/19	Membaca Bab I - Bab II dan Bab III		I	09/19	- Analisis Data - Cek ulang penulisan Data khusus	
II	19/9/19	Bab IV Kajian & detail bab tersebut		II	05/19	Bab IV - Pembahasan Hasil BAB V - Kesimpulan diurutkan	
III	27/9/19	Membaca Bab III - Membaca Resume		III	21/19	BAB IV & V - Cek ulang penulisan - Revisi Abstrak	
IV	20/9/19	Membaca Uji Study		IV	29/19	ACC Seminar Hasil	