

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBARAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBARAN PENGASAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Kehamilan trimester III.....	5
2.2. Tujuan Terapi Senam Hamil	9
2.3 Indikasi Senam Hamil	9
2.4 Kontraindikasi Senam Hamil	10
2.5 Prosedur Senam Hamil.....	12
2.6 Pengertian Nyeri punggung.....	14
2.7 Faktor penyebab nyeri punggung.....	17
BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN.....	19
3.1 Pendekatan	19
3.2 Batasan istilah	19
3.3 Lokasi dan waktu penelitian studi kasus.....	21
3.4 Subjek penelitian studi kasus	21
3.5 Pengumpulan Data	22
3.6 Uji keabsahan	22
3.7 Etika penelitian	23
BAB 4 HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....	25
4.1 Hasil Penelitian	25
4.2 Pembahasan.....	29
BAB 5 PENUTUP	33
5.1 Kesimpulan	33
5.2 Saran.....	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Batasan istilah.....	19
Tabel 4.1 hasil observasi nyeri NY.R sebelum dan sesudah melakukan senam hamil.....	28
Tabel 4.2 hasil observasi nyeri NY.R sebelum dan sesudah melakukan senam hamil.....	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan senam hamil latihan pengutan otot dasar kaki	12
Gambar 2.2 Gerakan senam hamil penguat otot perut	12
Gambar 2.3 Gerakan senam hamil pembentuk sikap tubuh.....	13
Gambar 2.4 Gerakan senam hamil penguat dasar otot punggung.....	13
Gambar 2.5 Gerakan senam hamil latihan pernafasan... ..	13
Gambar2.6 Gerakan latihan pernafasan untuk mengedan... ..	14
Gambar 2.7 Latihan memperlancar persalinan.....	14

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Biodata Penulis

Lampiran 2 : Jadwal Kegiatan

Lampiran 3 : *Informed Consent*

Lampiran 4 : SOP Mengukur Skala Nyeri

Lampiran 5 : Dokumentasi

Lampiran 6 : Lembar konsultasi