

## **SURAT PERSETUJUAN RESPONDEN**

*(Informed Consent)*

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Saya telah mendapatkan penjelasan dari peneliti, oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini yang berjudul “Hubungan Senam Hamil Dengan Tingkat Nyeri Panggul Pada Ibu Hamil di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta Barat” yang akan dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul, Jakarta.

Saya diharapkan untuk melakukan sesuai intruksi peneliti serta mengisi daftar pertanyaan tentang hal-hal yang berhubungan dengan penelitian ini. Saya mengetahui bahwa semua berkas yang mencantumkan identitas saya, catatan data mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Oleh karena itu, jawaban atau informasi yang saya berikan adalah hal yang sebenarnya tanpa rekayasa.

Demikian hal ini saya lakukan, dengan ini saya menyatakan kesediaan secara suka rela dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 2016

(Responden)

**KUESIONER**  
**HUBUNGAN INTENSITAS SENAM HAMIL DENGAN PENURUNAN**  
**TINGKAT NYERI PANGGUL PADA IBU HAMIL**

Petunjuk umum pengisian.

1. Isilah identitas ibu secara lengkap
2. Berilah tanda (√) pada kolom jawaban yang sesuai dengan apa yang Anda rasakan.
3. Dalam jawaban pertanyaan, Anda diminta tidak bertanya pada teman yang ada didekat Anda.
4. Anda diminta menjawab sejujurnya sesuai dengan hati nurani
5. Dalam memilih jawaban Anda hanya cukup memilih satu jawaban dalam setiap pertanyaan.

A. Identitas responden

1. Inisial ibu       :
2. Umur               :

## B. Senam Hamil

Berikan tanda (√) pada kolom jawaban yang sesuai dengan Anda.

No	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang	Jarang	Tidak Pernah
1	Saya mengikuti program senam hamil setelah kehamilan 22 minggu.					
2	Saya mengikuti program senam hamil 3-4 kali dalam seminggu.					
3	Saya masih mengikuti program senam hamil hingga saat ini.					
4	Nafas saya terasa terengah-engah pada saat mengikuti senam hamil bila diajak berbicara.					
5	Saya mampu mengikuti program senam hamil hingga saat ini.					
6	Saya mampu mengikuti senam hamil tanpa merasa adanya gangguan kesehatan hingga saat ini.					
7	Saya mengikuti senam hamil setiap minggunya.					
8	Saya mampu mengikuti senam hamil secara berkala.					
9	Saya melakukan senam hamil dengan waktu 15 menit.					
10	Saya melakukan senam hamil dengan waktu 30 menit.					
11	Saya mengikuti program senam hamil selama kehamilan					
12	Saya merasa kurang mampu mengikuti program senam hamil yang sedang diikuti					
13	Saya melakukan senam hamil					

	kurang dari 15 menit					
<b>14</b>	Saya melakukan senam hamil lebih dari 30 menit					
<b>15</b>	Saya merasa nyeri pada panggul pada saat mengikuti senam hamil					

### C. Penurunan Tingkat Nyeri Panggul Ibu Hamil

Berikan tanda (√) pada kolom jawaban yang sesuai dengan Anda.

No	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang	Jarang	Tidak Pernah
1	Saya merasakan nyeri panggul sebelum mengikuti program senam kehamilan.					
2	Saya tidak merasakan nyeri panggul setelah mengikuti program senam kehamilan.					
3	Saya dapat berkomunikasi dengan baik saat rasa nyeri timbul.					
4	Saya dapat mengikuti perintah dengan baik saat rasa nyeri timbul.					
5	Saya dapat menunjukkan lokasi nyeri pada saat rasa nyeri timbul.					
6	Saya dapat mengikuti instruksi dengan baik pada saat rasa nyeri timbul.					
7	Saya dapat menanggapi dengan baik terhadap tindakan disekitar saya pada saat rasa nyeri timbul.					
8	Saya kurang dapat menunjukkan lokasi nyeri dengan tepat pada saat rasa nyeri datang.					
9	Saya mendesis dan menyeringai saat rasa nyeri timbul.					
10	Saya tidak dapat menjelaskan lokasi rasa nyeri dengan tepat ketika rasa nyeri datang.					
11	Ketika rasa nyeri timbul saya tidak dapat mengatasinya dengan pergantian posisi.					
12	Ketika rasa nyeri timbul saya tidak dapat mengatasinya dengan nafas panjang.					

<b>13</b>	Ketika rasa nyeri timbul saya tidak dapat mengatasinya dengan mengalihkan perhatian.					
<b>14</b>	Saya tidak dapat berkomunikasi ketika rasa nyeri muncul.					
<b>15</b>	Saya tidak dapat berbuat apa-apa ketika rasa nyeri sedang timbul.					